



CONSERVATÓRIO SUPERIOR DE MÚSICA DE GAIA

MESTRADO EM ENSINO MÚSICA

ESPECIALIDADE EM CANTO

VERA LÚCIA DE ABREU MESQUITA

**O MOVIMENTO CORPORAL COMO ELEMENTO DINAMIZADOR DO
DESENVOLVIMENTO VOCAL NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM E DO
ESTUDO DO CANTO ERUDITO**

Relatório de Estágio de Prática Supervisionada
apresentado para obtenção do Grau de Mestre em Ensino
da Música, com a especialidade em Canto.

Trabalho realizado sob a orientação científica do
Professor Doutor António Gabriel Castro Correia Salgado

JUNHO 2018



CONSERVATÓRIO SUPERIOR DE MÚSICA DE GAIA

MESTRADO EM ENSINO MÚSICA

ESPECIALIDADE EM CANTO

VERA LÚCIA DE ABREU MESQUITA

**O MOVIMENTO CORPORAL COMO ELEMENTO DINAMIZADOR DO
DESENVOLVIMENTO VOCAL NO PROCESSO DE APRENDIZAGEM E DO
ESTUDO DO CANTO ERUDITO**

Relatório de Estágio de Prática Supervisionada
apresentado para obtenção do Grau de Mestre em Ensino
da Música, com a especialidade em Canto.

Trabalho realizado sob a orientação científica do
Professor Doutor António Gabriel Castro Correia Salgado

JUNHO 2018

O JÚRI

AGRADECIMENTOS

À minha mãe, pelo amor e apoio incansável desde sempre.

Ao meu marido, pela compreensão e apoio durante esta caminhada.

À Professora Fernanda Correia, que desde o primeiro minuto me incentivou e motivou através dos seus conselhos, a continuar o meu percurso na música.

Ao Maestro e Professor Mário Mateus, que através da sua sabedoria e disponibilidade, me ajudou ao longo destes anos.

Ao Professor António Salgado que sempre me auxiliou para fazer o melhor.

Às professoras Elsa Teixeira e Irma Amado, pela partilha de sugestões e apoio.

Aos professores que sempre me auxiliaram e que me motivaram.

Aos amigos, que criei ao longo destes anos no Conservatório, pelo carinho, paciência e apoio que fizeram-me continuar.

Às colegas de curso, pela partilha e apoio sempre que necessário.

Às alunas de estágio por me ajudarem a crescer profissionalmente.

RESUMO

O presente Projeto de Investigação encontra-se integrado no Estágio Supervisionado do *Mestrado em Ensino da Música, com a Especialidade em Canto*, realizado no Conservatório Superior de Música de Gaia (CSMG).

O trabalho aqui desenvolvido e apresentado é um relatório de estágio onde, para além do relato pormenorizado do conjunto das aulas dadas e assistidas durante o estágio pedagógico, se visa relatar uma série de experiências realizadas nesse âmbito e que delinearam um projeto educativo específico - O Movimento Corporal como Elemento Dinamizador do Desenvolvimento Vocal no Processo de Aprendizagem e do Estudo do Canto Erudito - que incorporou o conjunto das atividades letivas desenvolvidas, e que será exposta como parte constitutiva deste relatório de estágio integrado no Mestrado em Ensino da Música, especialização em Canto, no Conservatório Superior de Música de Gaia, com crianças de 11 e 12 anos da disciplina de Canto do curso articulado.

O ponto fulcral deste relatório é, para além do relato das atividades pedagógicas desenvolvidas ao nível das aulas dadas e assistidas, apresentar uma proposta pedagógica específica na qual, o movimento corporal se constitui como um elemento fundamental no desenvolvimento vocal, já que através dele conseguimos a libertação das tensões e dos obstáculos que inconscientemente colocamos ao nosso corpo e, por consequência, à nossa emissão vocal, e à nossa prestação vocal e artística. A apresentação da proposta e das experiências aqui relatadas têm como objetivo ajudar, neste caso, as crianças a libertarem-se das suas tensões, de modo a que se torne mais fácil a sua expressão corporal e a qualidade vocal emitida durante uma prestação vocal pública.

O resultado final denota o carácter estimulante das experiências realizadas da metodologia utilizada e trabalhada ao longo das aulas dadas, assim como a motivação e o desempenho obtido pelas crianças com as quais trabalhei.

Palavras-Chave:

Técnica Alexander/Dalcroze/Delsarte/Laban-Mente-Corpo-Movimento-Performance

ABSTRACT

The present Research Project is integrated in the Supervised Internship of the Master's Degree in Music Teaching, with the Specialization in Singing, held at the Superior Conservatory of Music of Gaia (CSMG).

The work developed and presented here is an Internship Report which, in addition to the detailed report of the set of classes given and assisted during the pedagogic stage, intends to report a series of experiments and teaching activities carried out with the singing students outlining a specific educational project - The Movement as an Element of Dynamization of Vocal Development within the Process of Learning and Studying of Erudite Singing. All these experiments and pedagogical activities are a constituent part of this Internship Report, integrated in the Masters in Music Teaching, specialization in Singing, in the Superior Conservatory of Music of Gaia, with children of 11 and 12 years of the discipline of Song of the articulated course.

The focus of this report is, in addition to the report of the pedagogical activities developed at the level of given and assisted classes, to present a specific pedagogical proposal in which the body movement constitutes a fundamental element in vocal development, since through it we achieve to relieve the tensions and obstacles that we unconsciously put in our body and in our vocal emission, and consequently in our vocal and artistic performance. The purpose of this research, and of the experiments here reported, is to help children to relieve themselves of their tensions in order to facilitate their corporal expression and the quality of their voice emission during a public vocal performance.

The final result denotes the stimulating character of the experiments carried through the year, of the methodology used and worked through the given classes, as well as the motivation and performance level achieved by the children with whom these experiments have been worked out.

Key words:

Technique Alexander/ Dalcroze / Delsarte / Laban-Mind-Body-Movement-Performance

ÍNDICE GERAL

Índice Geral

O JÚRI.....	III
AGRADECIMENTOS	IV
RESUMO	V
ABSTRACT	VI
ÍNDICE GERAL	VII
LISTA DE FIGURAS	XI
LISTA DE QUADROS	XIII
LISTA DE ANEXOS	XV
PRIMEIRA PARTE: QUADRO TEÓRICO-CONCEPTUAL	2
INTRODUÇÃO GERAL	3
CAPÍTULO 1: PROCESSO DE INVESTIGAÇÃO-AÇÃO	
1.1-A problemática da Investigação.....	4
1.2- Questão central da Pesquisa.....	5
1.3- Hipóteses de Investigação.....	5
1.4 - Objetivo Principal	6

1.5 - Objetivos Específicos	6
--	----------

CAPÍTULO 2: ESTADO DA ARTE

2.1-Introdução	8
-----------------------------	----------

2.2 - Definição de Conceitos	12
---	-----------

2.2.1 - Conceito de Movimento	12
-------------------------------------	----

2.2.2 - Conceito de Corpo.....	13
--------------------------------	----

2.2.3 - Conceito de Performance Musical	14
---	----

2.3 - Metodologias Auxiliares	15
--	-----------

2.3.1 – Técnica Alexander	15
---------------------------------	----

2.3.2 - Método Dalcroze.....	19
------------------------------	----

2.3.3 - Método Delsarte.....	21
------------------------------	----

SEGUNDA PARTE: ESTUDO EMPÍRICO	23
---	-----------

CAPÍTULO 3: METODOLOGIA DESENVOLVIDA

3.1 - Introdução	24
-------------------------------	-----------

3.2 - Investigação-Ação através de um modelo pedagógico	24
--	-----------

3.3 - O Modelo de Investigação-Ação de David Tripp (2005).	24
---	-----------

3.4 - O Estudo Empírico e o Modelo de David Tripp (2005).....	30
--	-----------

3.4.1 - O Meio (M):.....	30
--------------------------	----

3.4.2 - História	31
------------------------	----

3.4.3 - Caracterização da Escola	31
--	----

3.4.4 - Ensino Superior.....	32
------------------------------	----

3.4.5 - Iniciativas.....	33
3.5 - A Amostra – O (s) Sujeitos (s) -(S)	33
3.6 – O (s) Agente(s) - (A)	34

CAPÍTULO 4: A TEORIA DO MOVIMENTO DE LABAN

4.1 - Metodologia de Laban.....	36
4.2 - Principais ideais da Teoria do Movimento Laban	37
4.2.1 - A Corêutica (tempo/espço)	39
4.2.2 - A Eukinética (tempo/movimento).....	44
4.2.3 - Relação entre Esforço e Forma	47
4.2.4 - Domínio de Movimento.....	48

CAPÍTULO 5: PRÁTICA EDUCATIVA SUPERVISIONADA

5.1 - Introdução	50
5.2 - Competências gerais do PROGRAMA	51
5.3 - Temáticas do PROGRAMA.....	51
5.4 - Planificação das SESSÕES.....	52
5.4.1 - Planificação da 1ª Sessão.....	53
5.4.2 Sujeito (S) A: Cátia.....	56
5.4.3 Sujeito (S) B: Ana Sofia	62
5.4.4 Sujeito (S) C: Margarida.....	69

CAPÍTULO 6: ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE RESULTADOS

6.1 - Introdução	76
-------------------------------	-----------

6.2 - Análise do PROGRAMA.....	76
6.3 - Categorização	76
6.4 – Interpretação dos resultados	80
CONSIDERAÇÕES FINAIS	102
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	105
FONTES ELETRÔNICAS CONSULTADAS	108
ANEXOS	110

LISTA DE FIGURAS

Figura 1: Estrela do Movimento. Fonte: Preston-Dunlop, 1979	10
Figura 2: Frederick Mathias Alexander a utilizar a técnica numa das suas aulas	15
Figura 3: Esquema sobre o equilíbrio do tónus muscular. Fonte: Le Boulch, 1992.....	16
Figura 4: Dalcroze ao piano cercado de crianças incluindo a sua neta. Fonte: Dalcroze, 1950 ..	19
Figura 5: Delsarte. Fonte: Werner's Magazine.....	21
Figura 6: Exercícios sobre os tipos básicos de posição. Fonte: Alfonse Giraudet (aluno de François Delsarte), 1895	21
Figura 7: Exercícios do sistema de expressão de Delsarte. Fonte: A Arte da Dança, 1950	22
Figura 8: Representação em quatro fases do ciclo básico da investigação-ação. Fonte: Tripp (2005, p.446).....	25
Figura 9: Laban notação. Fonte: Wikipedia.....	36
Figura 10: Kinesfera -Relação com o espaço. Fonte: Rudolf Von Laban (1996, p.10).....	40
Figura 11: Esquema dos fatores dinâmicos do movimento. Fonte: Anna Feuerber	41
Figura 12: Plano Corporal na Teoria do Movimento de Laban	41
Figura 13: Dança Moderna (sec. XX) encontra as suas origens nas teorias do movimento de Laban.	42
Figura 14: Estudo do espaço, pela teoria do Movimento de Laban, na Dança.....	43
Figura 15: Partitura de Vaccaj “Avezzo a Vivere”	57
Figura 16: Partitura da Peça Portuguesa “Pão Caseiro”	58
Figura 17: Partitura da peça inglesa “Johnny Boy”	59
Figura 18: Partitura de Vaccaj "Manca Sollecita"	61

Figura 19: Partitura da peça portuguesa “Chula”	62
Figura 20: Partitura do Vaccaj “Avezzo a Vivere”	64
Figura 21: Partitura do Vaccaj “Manca sollecita”	64
Figura 22: Partitura da peça portuguesa “Miragem”	65
Figura 23: Partitura da peça inglesa “I wish I had a Penny”	66
Figura 24: Partitura de Vaccaj “Lascia il lido”	68
Figura 25: Partitura de Vaccaj “Manca sollecita”	69
Figura 26: Partitura da peça portuguesa “ As cinco pedrinhas”	71
Figura 27: Partitura da peça portuguesa “A Marcela”	71
Figura 28: Partitura da ária antiga “Sebben Crudele” – 1	73
Figura 29: Partitura da ária antiga “Sebben Crudele” – 2	73
Figura 30: Partitura da ária antiga “Sebben Crudele” – 3	74
Figura 31: Partitura da ária antiga “Sebben Crudele” – 4	74

LISTA DE QUADROS

Quadro nº 1: Sujeitos participantes no Objeto (O) de estudo.....	34
Quadro nº 2: Instrumentos de recolha de Dados.....	35
Quadro nº 3: As oito ações básicas do esforço da Teoria de Rudolf Laban	46
Quadro nº 4: Os impulsos de Ação.....	47
Quadro nº 5: Síntese da Planificação das sessões	50
Quadro nº 6: Exercícios de relaxamento corporal implementados nas aulas	52
Quadro nº 7: Exercícios de Respiração e de apoio diafragmático.....	53
Quadro nº 8: Planificação da 1ª sessão do Programa	54
Quadro nº 9: Planificação da 6ª Sessão do Programa Sujeito (S) A Cátia	57
Quadro nº 10: Planificação da 9ª Sessão do Programa Sujeito (S) A Cátia	59
Quadro nº 11: Planificação da 17ª Sessão do Programa Sujeito (S) A Cátia	61
Quadro nº 12: Planificação da 6ª Sessão do Programa Sujeito (S) B : Ana Sofia.....	63
Quadro nº 13: Planificação da 12ª Sessão do Programa Sujeito (S) B Ana Sofia	66
Quadro nº 14: Planificação da 17ª Sessão do Programa Sujeito (S) B Ana Sofia	68
Quadro nº 15: Planificação da 6ª Sessão do Programa Sujeito (S) C Margarida	70
Quadro nº 16: Planificação da 14ª Sessão do Programa Sujeito (S) C: Margarida	72
Quadro nº 17: Planificação da 17ª Sessão do Programa Sujeito (S) C Margarida	75
Quadro nº 18: Avaliação comentada pela Professora Cooperante - Sujeito (S) A: Cátia.....	89
Quadro nº 19: Avaliação comentada pela Professora Cooperante - Sujeito (S) B Ana Sofia.....	89

Quadro nº 20: Avaliação comentada pela Professora Cooperante - Sujeito (S) C: Margarida	90
Quadro nº 21: Avaliação periódica pela Professora Cooperante relativamente aos parâmetros de Avaliação	92
Quadro nº 22: Avaliação comentada pela Professora Especialista - Sujeitos A B C.....	93
Quadro nº 23: Avaliação periódica pela Professora Especialista relativamente aos parâmetros de Avaliação	95
Quadro nº 24: Avaliação comentada pela professora júri das avaliações periódicas- Sujeito (S) A: Cátia	97
Quadro nº 25: Avaliação comentada pela Professora Júri das avaliações periódicas- Sujeito (S) B: Ana Sofia.....	97
Quadro nº 26: Avaliação comentada pela Professora Júri das avaliações periódicas - Sujeito (S) C: Margarida	97
Quadro nº 27: Avaliação periódica pela Professora Júri relativamente aos parâmetros de Avaliação	99
Quadro nº 28: Avaliação do ano letivo dos Sujeitos (S)	101

LISTA DE ANEXOS

Anexo 1- Quadro dos Parâmetros de Avaliação do Ensino Básico de Canto.....	111
Anexo 2- Quadro do Programa do Curso Básico de Canto.....	114
Anexo 3- Questionário realizado às alunas submetidas à Investigação- Ação.....	116
Anexo 4-Questionário realizado ao júri de Avaliação.....	118
Anexo 5- Descrição das aulas Dadas e Assistidas.....	122
Anexo 6- Restantes partituras das alunas de Estágio.....	194

PRIMEIRA PARTE: QUADRO TEÓRICO-CONCEPTUAL

INTRODUÇÃO GERAL

O presente Relatório de Estágio enquadra-se na atividade desenvolvida no âmbito do Projeto de Estágio Supervisionado do curso de Mestrado em Ensino de Música, com especialidade em Canto, realizado na Fundação Conservatório Regional de Música de Gaia.

A Unidade Curricular de Prática de Ensino Supervisionada, integrada no Curso de Mestrado em Ensino da Música - Especialização em Canto, no Conservatório Superior de Música de Gaia, reúne todos os elementos necessários para a elaboração de uma reflexão e de uma prática educativa realizada pelo mestrando no decorrer do seu estágio.

Assim, o presente relatório de estágio apresenta-se dividido em quatro capítulos: um primeiro capítulo onde se apresenta uma descrição da Entidade Institucional onde o estágio pedagógico foi realizado e o projeto educativo específico desenvolvido - O Movimento Corporal como Elemento Dinamizador do Desenvolvimento Vocal no Processo de Aprendizagem e do Estudo do Canto Erudito; um segundo capítulo, onde se expõe o processo de investigação que faz parte do projeto educativo, o Estado da Arte, assim como a metodologia escolhida e utilizada nas aulas lecionadas; um terceiro capítulo onde se expõe a Prática Educativa Supervisionada; e um quarto capítulo onde apresentam a conclusão e as considerações finais.

O relatório termina com as referências bibliográficas e eletrónicas. Em Anexo apresentam-se os elementos de avaliação, o programa e objetivos a serem cumpridos e as partituras das canções utilizadas durante o projeto educativo.

CAPÍTULO 1: PROCESSO DE INVESTIGAÇÃO-AÇÃO

1.1-A problemática da Investigação

O que me motivou para a realização deste relatório e deste projeto educativo, que denominei de - O Movimento Corporal como Elemento Dinamizador do Desenvolvimento Vocal no Processo de Aprendizagem e do Estudo do Canto Erudito - foi o facto de me ter apercebido, ao longo do meu percurso profissional como cantora, como o movimento pode promover a otimização da emissão vocal integrando a gestualidade vocal num movimento mais holístico, o do movimento corporal.

Ao longo da minha carreira, como na de qualquer outro profissional, fui encontrando obstáculos físicos, mentais e corporais que me impediam, por vezes, de ter uma boa performance. Apesar de toda a concentração colocada na parte da técnica vocal comecei a ter a perceção clara de que, perante o nervosismo e a ansiedade típicos de qualquer performance pública, algo mais seria necessário adquirir para me poder libertar destes obstáculos e de obter o relaxamento necessário para que a performance vocal e musical pudesse acontecer com o mínimo de tensões possíveis.

Após refletir e procurar o caminho mais adequado para superar essa lacuna a nível profissional, entendi que o que me estava a prejudicar era a falta de expressão e a falta de engajamento físico e corporal no momento da emissão vocal enquanto cantava, isto é, colocava de tal forma uma pressão sobre mim mesma, que tanto a concentração como o medo de falhar a nível técnico me prejudicavam na emissão do som, acabando por não transparecer qualquer tipo de interpretação, movimento ou até mesmo de emoção. Aliada à consciência que fui desenvolvendo dessa necessidade de expressão e movimento corporal e de engajamento físico durante o gesto vocal, o facto de também fazer parte de um grupo de dança contribuiu bastante para a consciencialização do corpo como um todo, o que permitiu superar muitos desses obstáculos e tensões.

Com base neste meu processo de autoconhecimento e auto perceção, percebi que o mais lógico e indicado seria transmitir aos meus alunos essa consciência e essa proprioceção do movimento corporal, físico e fisiológico como desinibidor dos bloqueios físicos e corporais, e assim poder ultrapassar, juntamente com eles, essas dificuldades.

1.2- Questão central da Pesquisa

- De que forma poderá o gesto corporal auxiliar na emissão e no desenvolvimento vocal, principalmente no Canto Erudito?

Perante esta questão será necessário desenvolver as seguintes hipóteses de Investigação:

1.3- Hipóteses de Investigação

- Será que o movimento corporal associado à produção vocal facilita e auxilia a emissão vocal?
- Será que ao focar-se no movimento o aluno assimila a técnica vocal de forma mais natural?
- De que forma a utilização das técnicas de movimento estão interligadas com as técnicas de respiração?
- Será que o movimento melhora a comunicação e expressão interpretativa?
- Será possível, através do movimento e da gestualidade, ultrapassar a ansiedade na performance?

Para responder a estas diferentes questões procurou-se definir em primeiro lugar qual o objetivo principal desta pesquisa e compreender de que forma será possível alcançar esse objetivo, utilizando para o efeito uma série de objetivos específicos que foram sendo trabalhados ao longo da investigação realizada.

1.4 - Objetivo Principal

O objetivo principal deste projeto foi o de introduzir ao longo das aulas de técnica vocal que se foram realizando ao longo do ano letivo, exercícios de movimento e de relaxamento corporal que auxiliassem o aluno a libertar-se das suas tensões e inibições durante a sua performance vocal, e a encarar a mesma não só com a responsabilidade e concentração necessárias, mas também com o prazer e a liberdade de poder transmitir ao público os sentimentos e as emoções adequadas à performance vocal e artística que está a realizar. Estes exercícios que apliquei ao longo do projeto educativo são compostos de movimentos físicos e de técnicas de relaxamento corporal que foram inspirados na teoria e prática dos outros autores citados ao longo desta primeira parte do trabalho: Alexander (1869-1955), Dalcroze (1865-1950) e Delsarte (1811-1871), e fundamentalmente nos trabalhos e na Teoria de Laban. Assim, o ponto fulcral do relatório vai abranger a metodologia do investigador Rudolph Laban naquilo que ele complementa e fundamenta a pesquisa realizada e as experiências levadas a cabo ao longo do projeto com os alunos através das aulas que foram sendo realizadas ao longo deste tempo letivo.

O projeto educativo foi desenvolvido e as experiências pedagógicas foram realizadas nas instalações do mesmo estabelecimento educativo - a Fundação Conservatório Regional de Gaia - e o “público-alvo” foram os alunos da Disciplina de Técnica Vocal, com 11 e 12 anos de idade, que integravam o ensino articulado

1.5 - Objetivos Específicos

- Consciencializar os alunos da importância do movimento
- Criar uma imagem clara e objetiva da postura corporal correta
- Ajudar os alunos a terem uma perceção clara do Espaço e do Corpo
- Permitir uma improvisação ao nível da gestualidade utilizada
- Elaborar exercícios que auxiliem uma maior liberdade e relaxamento do movimento corporal
- Perceber qual o nível de conhecimento do aluno

- Perceber em que ponto se encontra o “à vontade” do aluno
- Possibilitar uma aula dinâmica em que o aluno possa criar e improvisar
- Contribuir e auxiliar na superação de dificuldades que surgem ao longo do processo de aprendizagem e de estudo do Canto Lírico.

Após a abordagem às principais questões desta investigação e seus principais objetivos passo à justificativa da mesma fundamentando o Estado da Arte.

CAPÍTULO 2: ESTADO DA ARTE

2.1-Introdução

Este capítulo inclui uma breve revisão da literatura sobre o tema em investigação, e tem como objetivo principal fundamentar a pesquisa realizada neste trabalho, recorrendo para isso a um conjunto de pedagogias do movimento e à aplicação destas às várias áreas da performance artística e musical, com o intuito de compreender a ligação entre a música e o movimento, e especificamente do movimento corporal com a emissão e a performance vocal. Assim, começaremos por apresentar, através de uma pequena descrição, algumas das metodologias utilizadas neste âmbito, de forma a poder auxiliar a compreender a importância do comportamento corporal dos alunos e performers e a sua relação com a performance realizada.

“As musas teriam legado ao Homem os segredos da harmonia, a fim de que os movimentos da alma pudessem ter equilíbrio; e os segredos do ritmo, a fim de que os gestos e atitudes do corpo ganhassem em graça, medida e precisão (..) A música serve a tudo e todos. É tão natural que já se encontra implícita na linguagem.”

Barreto (1938, p.5)

Atendendo ao tema do projeto proposto, e para expô-lo mais convenientemente nas aulas de estágio, comecei por fundamentar o trabalho realizado a partir de algumas metodologias que analisavam o movimento corporal, e procurei direcionar e aplicar no Canto Erudito, as experiências e os exercícios encontrados.

Ao longo dos séculos vários foram os investigadores que estudaram o comportamento corporal face às tensões, reações e emoções que cada pessoa adquiria e transmitia. Procurei identificar na minha pesquisa bibliográfica os autores cuja vertente teórica e experimental mais pareciam se adaptar ao universo teórico-prático que me propunha trabalhar. Assim, as metodologias aqui pesquisadas e trabalhadas são:

- Método *Alexander*
- Método *Dalcroze*
- Método *Delsarte*
- Método *Laban*

Partindo da máxima de Labaniana - *gesto e postura não mentem* - e no que diz respeito aos músicos e cantores, procurei identificar aqueles aspetos que mais parecem contribuir ou condicionar uma boa apresentação, a saber:

1. Postura Corporal
2. Relaxamento Corporal
3. Técnica vocal
4. Gesto Vocal (emissão do som)
5. Interpretação (transmissão de emoções)

Neste projeto, o objeto de estudo, como acima foi referido, são alunos de 11/12 anos de idade que frequentam a disciplina de Técnica Vocal do Ensino Articulado e que complementam a sua aprendizagem com as minhas aulas dadas no Estágio Supervisionado.

Quando nos tornamos conscientes das relações que existem entre nosso corpo/mente e a ação propriamente dita, podemos tornar mais eficazes os nossos conceitos de ritmo, melodia e harmonia, ao mesmo tempo que a relação entre a voz e o movimento se torna mais consciente, afetando, portanto, de uma forma mais ou menos direta o nosso desempenho físico, emocional, mental e espiritual.

O trabalho que tenho levado a cabo com os alunos de canto tem sido configurado a partir da relação som/movimento, e por isso foi preciso um trabalho de pesquisa mais aprofundado acerca de que tipos de movimentos ao nível do corpo podem influenciar e interagir positivamente com o som da voz, em especial o da voz cantada, e em específico o canto lírico ou erudito.

A ação designada pelo termo “*Cantar*” significa, para além da emissão de sons melódicos, através do uso da voz e do envolvimento do corpo do cantor de uma forma muito mais ativa do que aquilo que ele, cantor, parece ter consciência num primeiro momento. Compreendemos isto porque os princípios da técnica vocal dizem que um cantor deve desenvolver capacidades extraordinárias, como por exemplo: um processo voluntário de respiração alargada e controlada, um aproveitamento dos ressonadores

naturais do corpo, um suporte físico do som especialmente desenvolvido e a que se dá o nome de “apoio”, entre outras indicações de carácter físico e fisiológico.

No entanto, o excesso de informações a este respeito, bem como os processos utilizados pelos professores para o trabalho com os músculos diretamente relacionados com o canto, seja para atingir uma determinada postura física ou vocal, seja para atingir determinado efeito sonoro através da técnica vocal, podem acabar por ser contraproducentes e gerar, por consequência do seu excesso, uma grande pressão sobre os alunos/cantores.

O corpo é o veículo utilizado para a produção da voz, cuja emissão se dá por meio da passagem do ar através das pregas vocais, o que envolve a colaboração de músculos, órgãos e ressonadores. A mente, o físico e a emoção tornam-se um só elemento na procura de um som vocal de qualidade, que alia o esforço, a técnica e a interpretação durante o ato de cantar. É importante lembrar que a ideia de qualidade sonora se modifica a partir da escolha do estilo por parte do cantor. Para um cantor lírico essa qualidade traduz-se numa emissão pura do som, sem esforços desnecessários, livre de ruído ou quebras de registo.

Na procura da qualidade sonora, muitos cantores (e professores de canto) preocupam-se exclusivamente com a técnica vocal, aqui entendida como treinamento físico e fisiológico, e que lida especificamente com a emissão vocal e os órgãos do corpo diretamente ligados a ela. Esta conceção de trabalho técnico pode tornar-se um problema quando o indivíduo não observa que a voz também faz parte de um corpo holístico, e que, portanto, ela também, precisa de ser vivenciado de uma forma holística.



Figura 1: Estrela do Movimento. Fonte: Preston-Dunlop, 1979

A figura acima apresentada representa um exemplo de esquema holístico do movimento de Preston-Dunlop, na obra *Moving with the Times*, 1979, nas suas diversas relações com o corpo, o espaço, as dinâmicas, os relacionamentos e as ações corporais.

Por todas estas condicionantes o cantor precisa estar alerta fisicamente, de desenvolver um senso de consciência corporal de que a voz é parte integrante, e consciencializar-se de que o seu instrumento não se resume apenas à laringe propriamente dita, nem ao local onde esta se localiza, não devendo, portanto, existir priorização da fragmentação das funções musculares do aparelho fonador, o que, por si só, pode proporcionar uma visão equivocada de corpo humano e da unidade existente entre as dimensões cognitiva, física e emocional do ser humano. Nesse sentido, uma proposta de ensino do canto deveria necessariamente desenvolver um trabalho técnico que integrasse educação vocal e educação corporal de uma forma holística.

Nesse sentido, far-se-á em primeiro lugar, uma breve referência aos investigadores mais reconhecidos que estudaram o movimento corporal na sua relação com a música, e às suas metodologias, como são exemplo: Alexander, Dalcroze ou Delsarte. Em seguida, far-se-á uma exposição mais detalhada da metodologia em que se procura fundamentar o projeto educativo aqui realizado, a saber, a metodologia de Laban. Desta forma, buscando inspiração e fundamentação na Teoria do Movimento de Rudolph Laban, uma série de exercícios e de atividades foram desenvolvidas com o fim de promover a consciência da voz, do corpo e da mente, como um “todo” que concorre para a ação de Cantar.

Na busca de tentar compreender em profundidade e de fundamentar teórica e conceptualmente o processo acima referido, em que corpo, mente e movimento se associam ao mecanismo de produção e emissão vocal de uma forma integradora e holística, tornou-se relevante procurar definir e conhecer de uma forma mais aprofundada alguns conceitos relacionados com o âmbito desta investigação.

2.2 - Definição de Conceitos

2.2.1 - Conceito de Movimento

O movimento é um fenômeno físico que implica a mudança de posição de um corpo que está imerso num conjunto ou sistema. Ao dar-se a modificação de posição, o corpo movimenta-se desenhando uma trajetória, ou seja, o movimento é sempre uma mudança de posição em respeito ao tempo.

Mas para a Física, enquanto ciência que estuda este fenômeno, este estudo desenvolve-se em duas disciplinas distintas que fundamentam o conceito de movimento: a cinemática que estuda o movimento em si; e a dinâmica que estuda os fatores que motivam os movimentos.

A primeira foca-se nas leis do movimento dos corpos através de um sistema de coordenadas, em que a observação da trajetória do movimento faz-se em função do tempo que a rodeia, assim como a mudança de posição e de velocidade que permitirão descobrir como muda a posição em função do tempo.

A segunda foca-se em utilizar equações para determinar quem ou o quê, ou que fatores movimentam os corpos.

No domínio das artes, música e dança, é altamente interessante observar como o corpo do intérprete se expressa, percebendo-se assim se há ou não intimidade com a obra, isto é, quanto mais estudo e ligação o intérprete tiver com a obra, mais a sua expressão acontecerá de forma natural e autêntica.

Para Dalcroze, o movimento corporal tem a função de manifestar exteriorizando os elementos sonoro-musicais, de forma a ampliar e aperfeiçoar essa consciência musical:

“Ponho-me a sonhar com uma educação musical na qual o próprio corpo desempenharia o papel de intermediário entre os sons e o pensamento e tornar-se-ia o instrumento direto de nossos sentimentos...”

Jacques-Dalcroze (2010, p.223)

Segundo Guse (2009, p.56) “*a plateia não se comove com um ator que finge emocionar-se com uma situação, mas sim com um intérprete que cria uma personagem que sente e age espontaneamente diante de toda a obra*” criando assim uma fluidez de ideias em sintonia com o texto musical.

Mais importante que criar movimento enquanto canta, só se pode considerar um bom performer aquele que for capaz de estabelecer comunicação e emoção com o público, através de ações internas, pensamentos e motivações.

2.2.2 - Conceito de Corpo

Não é de todo errado igualar um músico a um atleta, pois tal como fundamentou Costa (2003, p. 37) ” *o corpo é solicitado como um todo na atividade musical*”.

Muitas vezes no nosso percurso como cantores ouvimos dizer que “devemos cantar com o corpo” e devíamos conservar sempre essa imagem, pois ao pesquisarmos sobre a aprendizagem motora de todos aqueles que são profissionais da música, e ao compreender e aplicar conhecimentos que conduzem o movimento, iríamos cometer menos erros na *performance* assim como iríamos controlar melhor a variação dos movimentos corporais exigidos por ela. Por outro lado, cientes que as ações corporais estão interligadas aos motivos psicológicos, o movimento passaria a ser encarado como a primeira expressão e o primeiro instrumento do psiquismo. São vários os autores que procuram enaltecer a importância do controlo do movimento corporal:

Para Wallon (1995, p.143),

“o movimento é um dos meios que o ser vivo dispõe para atuar sobre o seu ambiente”.

Gardner (1994, p.7) afirma que,

“existe uma inteligência corporal nos seres humanos que abrange o controlo dos movimentos do corpo, e a capacidade de manusear objetos com habilidade”.

Sérgio (1995, p.22) defende que,

“com o corpo, no corpo, desde o corpo e através do corpo, o ser humano é presença e espaço na história”.

2.2.3 - Conceito de Performance Musical

Performance Musical adequa-se ao ato de “realizar ou desempenhar uma tarefa em público, tornando-se assim na atividade que exige maior habilidades motoras finas”.

Gabrielsson (1999, p.501) considera que, o intérprete musical, ativa, de forma mais intensa e pormenorizada, o seu desenvolvimento sensório-motor, a partir do qual, o controlo corporal, a destreza motora e as habilidades na execução passam a ter um papel relevante na sua performance. Para isso, é necessário abstrair as tensões que por vezes são notórias no nosso corpo, daí a necessidade do controlo da respiração e do aquecimento muscular serem considerados como dois aliados importantes para uma boa performance.

2.3 - Metodologias Auxiliares

Passo agora à identificação e caracterização das metodologias que serviram de apoio para o desenvolvimento do projeto educativo apresentado mais á frente, neste trabalho.

2.3.1 – Técnica Alexander

“Fundamental é a necessidade de comunicar-nos com a música, como se fosse um alimento e senti-la em qualquer parte do corpo, para depois poder desenvolver, com os outros, a etapa da comunicação. A música procura a totalidade do corpo para expressar-se.”

Fux (1996, p.67)

A *Técnica Alexander* foi desenvolvida por Frederick Mathias Alexander (1869-1955) um declamador de textos shakespearianos que, devido á sua saúde frágil, viu a sua carreira ameaçada por problemas vocais após um recital em 1888. Uma vez que, mesmo depois de medicado e de repouso vocal, o problema persistia sempre que declamava os seus textos, o investigador resolveu estudar o seu próprio caso observando a reação do seu corpo ao usar a voz e concluiu que os problemas que tinha não estavam relacionados diretamente com a voz, mas sim com os movimentos incorretos do seu corpo ao declamar. Alexander inclinava a cabeça para trás comprimindo a laringe e por consequência afetava o processo da respiração e do apoio correto da voz.



Figura 2: Frederick Mathias Alexander a utilizar a técnica numa das suas aulas

A *Técnica Alexander* tem como objetivo principal uma reeducação psicomotora que ensina como o corpo e a mente podem funcionar em conjunto no desempenho das nossas ações quotidianas ao detetar e prevenir o excesso de tensão e melhorar a harmonia e o bem-estar. Esta técnica foi aplicada há mais de 100 anos em vários países do mundo e consiste em o professor/formador auxiliar e orientar o aluno a desfazer tensões musculares e stress acumulado através de exercícios que estimulem o equilíbrio do tónus muscular e o relaxamento corporal, a respiração e a movimentar-se livremente.

No caso dos cantores, a qualidade do som depende do seu estado físico-emocional. Se um cantor estiver com algum tipo de tensão ou a contrair a estrutura muscular isso resulta numa má qualidade vocal, assim como, um mau funcionamento do mecanismo de respiração. Embora a *Técnica Alexander* não seja uma técnica vocal é muitas vezes utilizada nas aulas de canto pois acaba por ser um meio de trabalho para o professor ou cantor melhorar e desenvolver a sua performance, isto porque ajuda-o a um melhoramento na perceção de si mesmo, assim como a desenvolver um caminho para refinar a sua prestação com maior liberdade. Esta técnica acaba por permitir que a voz seja a expressão de um corpo em equilíbrio e em toda a sua integridade física e organização fisiológica, e não resultado de tensão e desequilíbrio corporal.



Figura 3: Esquema sobre o equilíbrio do tónus muscular. Fonte: Le Boulch, 1992

Através de uma boa consciencialização do que é o objetivo principal da técnica Alexander, e consequentemente através de uma boa postura corporal e de um corpo/mente livres de tensões, torna-se possível ao aluno/cantor verificar que ocorrem melhorias ao nível da respiração, da extensão vocal e passagens mais problemáticas, da afinação, da coordenação e da ansiedade da performance.

Respiração

No Canto, caso haja uma má respiração, o som vai ser emitido com fragilidade ou pode até ser um som feio. Por isso uma das primeiras matérias da prática da *Técnica Alexander* em relação à prática vocal é o mecanismo ou processo respiratório, e ao trabalhar com crianças é preciso consciencializá-las desde cedo para uma boa respiração e sucessivamente para um bom apoio vocal.

Por isso, durante as aulas de estágio foram sempre implementados e efetuados exercícios de respiração para que as alunas soubessem utilizar a respiração diafragmática-abdominal, e não peitoral ou torácica, o que lhes causaria uma obstrução do som aliada a um esforço e tensão sobre a laringe, nada recomendados.

Extensão vocal e Passagens

Para que o aluno não tenha tensão muscular ao realizar as notas agudas ou na mudança de registo, a *Técnica Alexander* serve-se dos exercícios de Relaxamento Corporal e Muscular: pescoço livre, elevação do palato, sensação de bocejo - o que permite, com o treino e a rotina do treinamento, a emissão de um som com mais ressonância, projeção e legato entre os registos grave, médio e agudo. Para esse efeito foi sempre realizado com as alunas de estágio uma série de exercícios de relaxamento com base nestas indicações da *Técnica de Alexander*.

Afinação

Se os problemas de afinação não forem causados por problemas de ordem neurológica, mas apenas resultarem de uma dificuldade que o aluno adquire através do bloqueio e do tensionamento do seu corpo, como por exemplo ao nível dos músculos da nuca e do pescoço e até mesmo os músculos que compõem o aparelho vocal e auditivo, a *Técnica de Alexander* propõe a reeducação auditiva através do encontro do aluno com a concentração e persistência de trabalho auditivo.

Coordenação Corporal vs Ansiedade

A coordenação corporal e motora é o aspeto mais importante em todas as funções envolvidas no canto, e que começa por ser um dado adquirido desde a infância: quando os bebés choram já o fazem com a respiração adequada; as crianças mantêm uma postura correta, livre e leve (coluna alongada sem tensões musculares). Na maior parte dos casos, porém, este dado desaparece durante o crescimento da criança por motivo da própria forma como a criança é educada pelos pais e pela sociedade.

A *Técnica de Alexander* quando aplicada nos alunos de canto e em cantores profissionais, vai ajudar a que estes dominem os movimentos corretos do corpo e evitam as atitudes negativas do corpo e mente, mantendo uma postura correta e uma atenção mais apurada, o que vai resultar numa emissão vocal sem esforços e tensões e coordenada, e em que o principal objetivo é o indivíduo libertar-se de todos os pormenores que o desfoçam do seu objetivo e permitir, assim, que a sua prestação possa fluir sem medos ou rigidez.

Como a técnica vocal é um conjunto de inúmeras informações “abstratas” que devem ser atualizadas durante a prestação vocal, é necessário ser capaz de coordenar todos os parâmetros aprendidos nas aulas, desde a colocação da voz, o mecanismo da respiração, passando pelas dinâmicas e alturas vocais até à interpretação, permitindo, deste modo, ao aluno/performer libertar-se no momento da sua apresentação pública dos seus receios, e aprender a controlar a sua ansiedade a que muitos deles estão sujeitos no momento da sua atuação. Estes elementos negativos – medos, receios, bloqueios, ansiedade e, até, pânico - surgem quando não há uma coordenação corporal bem vinculada, mas podem ser ultrapassados com a ajuda das técnicas e métodos que aqui apresentamos, e também através de um processo de autoconhecimento, e de auto percepção. Após afirmar e controlar a sua coordenação corporal, o indivíduo já estará mais apto a deixar a mente mais livre das preocupações técnicas, físicas e fisiológicas envolvidas na emissão do som, facilitando a sua prestação performativa, de modo a que a musicalidade e a expressão ganhem espaço e assim o aluno/cantor possa desfrutar do momento sem inibições.

2.3.2 - Método Dalcroze

“Eu estou em busca de um sistema de educação musical no qual o próprio corpo irá fazer o papel de intermediário entre sons e pensamento, tornando-se sincronicamente o meio direto dos nossos sentimentos.”

Dalcroze (1921, p.8)



Figura 4: Dalcroze ao piano cercado de crianças incluindo a sua neta. Fonte: Dalcroze, 1950

Entre os séculos XIX e XX, altura em que a educação musical sofre grandes mudanças e vários pedagogos contribuem com ideias e métodos modernos para o ensino da música, surge, em Viena, Áustria, Émile Jacques-Dalcroze, compositor e pedagogo musical que acreditava que o movimento, associado ao desenvolvimento auditivo e à improvisação, melhorava a perceção dos conceitos musicais, enfatizando a musicalidade, o que permitiria aos alunos ficarem livres da forma mecânica da aprendizagem musical. Ao desenvolver esta metodologia, Dalcroze deu-lhe o nome de Euritmia, que se caracteriza pela expressão e consciencialização do ritmo natural de cada indivíduo, pela criação de imagens rítmicas definidas na mente, que são consequência da automatização de ritmos naturais do corpo, pela representação corporal dos elementos musicais, pela expressão da música através do corpo, segundo as relações de “espaço, tempo e energia” como uma experiência individual e pela capacidade de criar e de responder às criações de outros.

Assim, a metodologia de Dalcroze consiste na participação de todo o corpo numa atividade em que a linguagem musical é compreendida através do movimento corporal, desenvolvendo-se a psicomotricidade e a criatividade pelo ritmo, solfejo corporal e improvisação. Para o pedagogo, quando estes parâmetros são bem desenvolvidos nos alunos, é garantido que possuem uma boa percepção auditiva, sensibilidade nervosa, sentido rítmico e exteriorização das emoções, o que os torna bons músicos.

A Euritmia

Para Dalcroze o corpo é um instrumento natural e é a partir dessa definição que o pedagogo trabalha e explora os movimentos naturais desenvolvendo assim uma consciência rítmica em que engloba sensações como o ritmo, o sentir, o pensar e o ouvir. Assim, a Euritmia é um meio para atingir a plena musicalidade pois os movimentos são executados de forma espontânea e criativa. Para esse efeito, criou jogos que permitem à criança desenvolver as suas capacidades musicais, através da exteriorização dos sons pelo corpo. Alguns dos jogos propostos por este pedagogo passam por atirar uma bola ao chão respeitando o ritmo da música, executar ao piano diferentes ritmos em uníssono ou bater palmas enquanto fazem movimentos com as pernas numa métrica diferente.

O Solfejo Corporal

Ao definir solfejo como a função da melodia e da harmonia, Dalcroze entendia que o ouvido e a voz como o suporte para desenvolver o solfejo, e desta forma defendia que os alunos deveriam desenvolver o ouvido com o auxílio da voz, e que com a euritmia mantivessem o corpo em constante atividade rítmica e criatividade.

A Improvisação

Após uma boa consciencialização da união da euritmia com o solfejo, haveria que permitir ao aluno, segundo Dalcroze, a liberdade de se expressar, de criar e improvisar, estimulando assim a sua sensibilidade musical através de um instrumento, a voz, e através de movimentos corporais sem interrupção durante a execução musical.

2.3.3 - Método Delsarte

“O gesto é o homem por inteiro.”

Delsarte (1991, p. 92)



Figura 5: Delsarte. Fonte: Werner's Magazine

Embora o seu nome esteja associado à dança, Delsarte foi o primeiro investigador a pensar no movimento e nas suas características intrínsecas, o que o levou a incrementar na sua pedagogia o controlo do movimento corporal.

Considerando que *“o corpo tem uma linguagem que a linguagem não conhece”* (Louppe, 2000, p.53), este pedagogo defendeu que o corpo é possuidor de um saber profundo e desconhecido, e com este sentido dedicou-se a uma investigação sobre o comportamento humano observando as suas reações nas mais variadas situações emocionais. Delsarte afirmava que *“no corpo há três coisas a considerar: é um meio, um método e um instrumento”* (Delsarte, 1991, p. 92), oferecendo assim uma nova perspetiva em relação ao corpo, pois a dança herdava da pintura o equilíbrio e a harmonia, e da música o ritmo e a inspiração.

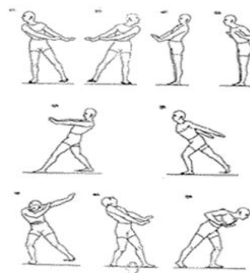


Figura 6: Exercícios sobre os tipos básicos de posição. Fonte: Alfonse Giraudet (aluno de François Delsarte), 1895

Delsarte estabeleceu um novo conceito de dança, relacionando o corpo com a forma de expressão do sujeito, isto é, com a capacidade do intérprete dar acesso à sua experiência interior e à sua subjetividade através da exteriorização corporal, como por exemplo a ligação da voz com o gesto que a acompanha. Este investigador percebeu a união entre um movimento interno e seu desenho exterior, isto é, o movimento do corpo projeta para o exterior aquilo que o pensamento e o espírito refletem interiormente. Com base nesta correspondência, a dança acabou por adotar a ‘improvisação’ como o método fundamental da criação artística.



Figura 7: Exercícios do sistema de expressão de Delsarte. Fonte: A Arte da Dança, 1950

Delsarte aplicava exercícios onde “o equilíbrio era favorecido por exercícios iniciados na posição vertical fazendo com que o peso do corpo se deslocasse para frente e para trás, lateralmente e diagonalmente, compensando o deslocamento com ajustes apropriados do tronco e da cabeça” (Ruyter, 1991, p.33). Os ensinamentos de Delsarte estimularam outros pedagogos como foi o caso de Jacques Dalcroze que, como nunca tinha tido formação em movimento, “deixou-se guiar apenas pela teoria de Delsarte” (Partsch-Bergsohn, 1994, p.6).

SEGUNDA PARTE: ESTUDO EMPÍRICO

CAPÍTULO 3: METODOLOGIA DESENVOLVIDA

3.1 - Introdução

Nesta segunda parte do trabalho científico irei desenvolver as metodologias investigadas que auxiliaram este Relatório de Estágio Supervisionado. Para uma melhor percepção, descreverei tanto o modelo de investigação como os meios utilizados para a realização do Projeto Educativo. Neste capítulo será descrito o modelo de Investigação-Ação (IA) de David Tripp (2005) que serviu de apoio para todo o processo de investigação-ação estruturado.

3.2 - Investigação-Ação através de um modelo pedagógico

Para Severino (1996, p.63), *“só se aprende, só se ensina, pesquisando (...) o professor precisa da prática da pesquisa para ensinar eficazmente, o aluno precisa dela para aprender eficaz e significativamente”*.

A pedagoga Maria Amélia S. Franco (2005, p.491) defende que toda a investigação-ação será mais credível se ocorrer no ambiente natural da realidade a ser pesquisada. Após estas características segue-se a apresentação e a caracterização do modelo de Investigação-Ação de David Tripp (2005).

3.3 - O Modelo de Investigação-Ação de David Tripp (2005).

O Modelo de Investigação-ação de David Tripp (2005) foi o modelo eleito para a minha investigação-ação. Pelas suas características próprias contém, na sua essência, os elementos que considero mais importantes para que um investigador possa levar a cabo esta tipologia de pesquisa. Passamos à descrição e à caracterização deste modelo, por forma a identificar as suas principais vertentes e fases de desenvolvimento.

Num artigo intitulado: *“Pesquisa-ação: uma introdução metodológica”*, traduzido por Lólio Lourenço de Oliveira (2005), David Tripp expõe o termo Pesquisa-Ação no seu trabalho, termo esse que acaba por ser uma das variadas formas da investigação-ação,

definida como “*um processo continuado, sistemático e empiricamente fundamentado de aprimorar a prática*”.

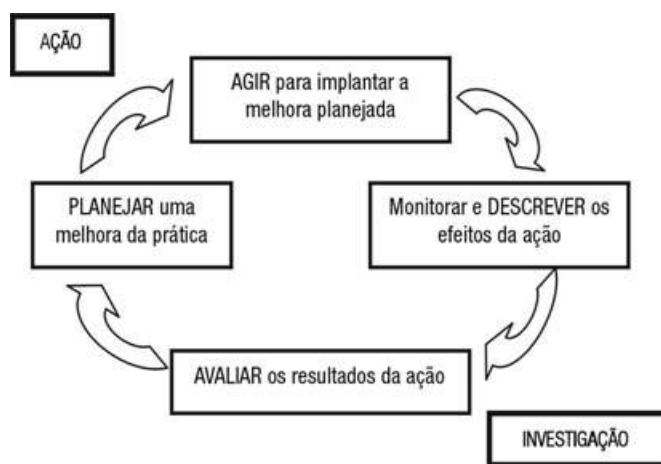


Figura 8: Representação em quatro fases do ciclo básico da investigação-ação. Fonte: Tripp (2005, p.446)

Sendo assim, o modelo do ciclo básico de Investigação-Ação aqui apresentado elabora-se da seguinte forma: começa com a identificação do problema, o planejamento de uma solução, sua implementação, monitoramento e a avaliação de sua eficácia.

A Investigação-Ação é um processo que desencadeia vários desenvolvimentos como: a pesquisa-ação de Lewin (1946); a aprendizagem-ação de Revons (1971); a prática reflexiva de Schön (1983); o projeto-ação de Argyris (1985); a aprendizagem experimental de Kolb (1984); entre outras.

Ao implementar qualquer tipo de desenvolvimento de investigação-ação nas mais variadas áreas, acabámos por aplicar e incorporar uma estratégia para o desenvolvimento de professores e pesquisadores. No caso do Ensino, com o sentido de as suas investigações e pesquisas enfatizarem o seu ensino e consequentemente a aprendizagem dos seus alunos.

Há que ter em conta que, embora seja possível utilizar diversos tipos de investigação-ação, cada tipo de investigação poderá oscilar conforme as necessidades, exigências e objetivos das diferentes ações, lugares e público alcançado.

Segundo Tripp (2005): *“A Pesquisa-ação é uma forma de investigação-ação que utiliza técnicas de pesquisa consagradas para informar a ação que se decide tomar para melhorar a prática”*. A Investigação-Ação (IA) é, numa primeira abordagem, uma metodologia que tem como objetivo desmistificar o dualismo entre teoria e prática.

Associar este processo à prática educativa do professor significa para Matos (2004) um *“tomar consciência de questões críticas que se manifestam na aula, criar predisposição para a reflexão, assumir valores e atitudes e estabelecer congruência entre teoria e prática”*. Por isso, o que se questiona é que a pesquisa-ação requer ação tanto nas áreas da prática quanto da pesquisa de modo que, em maior ou menor medida, terá características tanto da prática quanto da pesquisa científica. Assim sendo:

- a) a Pesquisa-Ação deve ser contínua e não ocasional;
- b) a Pesquisa-Ação é pró-ativa respeitando a mudança e estratégia;
- c) a Pesquisa-Ação é participativa e colaboradora pois inclui todos os envolvidos;
- d) a Pesquisa-Ação é intervencionista uma vez que ocorre em cenários sociais não manipulados;
- e) a Pesquisa-Ação expõe o problema a ser pesquisado;
- f) o processo de pesquisa documenta o seu progresso
- g) através da Pesquisa-Ação explicamos os fenómenos que surgem face ao processo;
- h) os resultados obtidos advêm da prática envolvida
- i) a Pesquisa-Ação permite compartilhar e disseminar com outros na mesma área através do ensino e não de publicação

Concluimos, perante isto, que este processo é fundamental para outros tipos de investigação-ação, especialmente a prática reflexiva, e não fosse a distinção quanto ao papel dos métodos de pesquisa no correr do processo, pareceria que as duas são idênticas.

Outro fundamento do relacionamento recíproco entre pesquisa e prática aprimorada é que não só se compreende a prática de modo a melhorá-la na pesquisa-ação, mas também se assimile uma melhor compreensão da prática rotineira por meio de sua

melhoria, tendo em conta que a melhoria é o contexto, o meio e a finalidade principal da compreensão.

Conforme Tripp assinalou no seu trabalho “*Pesquisa-ação: uma Introdução metodológica*” (2005), é impossível encontrar limites entre a pesquisa-ação e outros tipos de investigação-ação, mas pode-se distinguir a pesquisa-ação de ação pesquisada. Para compreendermos melhor essa distinção temos que respeitar os seguintes critérios: se o processo de mudança está a ser conduzido por meio da análise e interpretação de dados adequados, válidos e confiáveis e se o alvo principal da atividade é a criação de conhecimento teórico ou o aprimoramento da prática.

Na maioria dos tipos de investigação-ação, frequentemente observa-se os efeitos de sua própria ação durante a fase de ação e, por outro lado, na pesquisa-ação produzir-se-ão dados sobre os efeitos de uma mudança da prática durante a implementação e ambos antes e depois da mesma. A pesquisa-ação, como uma forma de investigação-ação, é um processo corrente, repetitivo, no qual o que se alcança em cada ciclo fornece o ponto de partida para mais melhoria no seguinte. Uma das razões para não se colocar a reflexão como uma fase distinta no ciclo da investigação-ação é que ela deve ocorrer durante todo o ciclo. O processo começa com reflexão sobre a prática comum a fim de identificar o que melhorar. A reflexão também é essencial para o planeamento eficaz, implementação e supervisionamento, e o ciclo termina com uma reflexão sobre o que sucedeu. A Investigação-Ação é ideal para grupos e instituições, é flexível, dinâmica e participativa. Existem três modalidades de pesquisa-ação segundo Grundy (1982):

- ✓ A Pesquisa-Ação técnica: constitui uma abordagem pontual na qual o pesquisador toma uma prática existente de algum outro elemento e a incorpora na sua própria prática para realizar uma melhoria
- ✓ A Pesquisa-Ação prática: é diferente da técnica pelo facto de que o pesquisador escolhe ou projeta as mudanças feitas
- ✓ Pesquisa-Ação política:
 - Socialmente crítica - existe quando se acredita que o modo de ver e agir principal do sistema é inadequado e precisa ser alterado

- Pesquisa-ação emancipatória - tende a mudar, não uma pequena comunidade, e sim um grupo social mais amplo

Estas modalidades são úteis para que se tome consciência das diversas maneiras e dos níveis de participação e modalidades de pesquisa-ação pois apresentam uma escolha de diversas maneiras de operar, que poderiam não ser consideradas se não tivessem sido identificadas e explicadas; e possibilitam que se garanta um bom processo, particularmente em termos de comparar resultados pretendidos com técnicas apropriadas de monitoramento. Poder-se-ão desencadear duas metodologias a serem descritas e justificadas numa proposta de pesquisa-ação: os processos de pesquisa-ação a serem utilizados em campo e o método de estudo de caso que será importante para contar o conteúdo do projeto e de seus resultados. Uma proposta de pesquisa-ação é, pois, diferente de outros tipos de proposta, isto porque, uma proposta de pesquisa geralmente concentra-se numa questão muitas vezes derivada de uma teoria, mas quando é possível especificar o objetivo da pesquisa-ação, o objetivo será como que uma resposta á questão: “como posso melhorar essa prática?” Os pesquisadores devem recorrer à literatura publicada sobre pesquisa para ajudar na resposta a essa questão, e também disseminar as suas conclusões. Para facilitar na elaboração do relatório podemos ter como guia os seguintes parâmetros:

- Introdução: intenções do pesquisador e benefícios previstos
- Reconhecimento (investigação de trabalho de campo e revisão da literatura) da situação, dos participantes (o próprio e outros) das práticas profissionais, da intencionalidade e do foco temático inicial
- Cada ciclo - **planeamento**: da preocupação temática (ou ciclo anterior) ao primeiro passo de ação; **implementação**: relato discursivo sobre quem fez o quê, quando, onde, como e porquê; **relatório** de pesquisa sobre os resultados da melhoria planeada (resumo e base racional do(s) método(s) de produção de dados; apresentação e análise dos dados; discussão dos resultados: explicações e implicações); **avaliação** (da mudança na prática: o que funcionou ou não funcionou e por quê; da pesquisa: em que medida foi útil e adequada)

- Conclusão-sumário de quais foram as melhorias práticas alcançadas, suas implicações e recomendações para a prática profissional do próprio pesquisador e de outros; sumário do que foi aprendido a respeito do processo de pesquisa-ação, suas implicações e recomendações para fazer o mesmo tipo de trabalho no futuro.

Depois de examinarmos todo este processo de pesquisa-ação, chegámos á conclusão que realizaremos verdadeiras melhorias em nossa prática profissional e aprenderemos muito mais a respeito dela.

Segundo Tripp (1996):

“todo o trabalho construído é eficaz tanto para os objetos de estudo como para os pesquisadores pois todos nós planeamos nossas ações, mas podemos fazê-lo com uma compreensão melhor da situação; todos nós agimos, mas podemos experimentar mais, confiar menos em hábitos estabelecidos, e agir mais responsavelmente; todos nós observamos o que acontece, mas podemos obter mais dados e de melhor qualidade, podemos obter mais feedback de outras pessoas diferentes, e podemos fazer isso de maneira mais sistemática; todos nós pensamos sobre o que aconteceu, mas também podemos melhorar nossa reflexão, questionar nossas ideias sobre o que é importante e ir mais fundo e mais criticamente nas coisas; todos nós aprendemos com a experiência, mas podemos também registrar o que aprendemos a fim de esclarecê-lo, disseminá-lo entre os colegas e acrescentá-lo conhecimento profissional sobre a docência”.

Assim, pesquisa-ação é uma versão da investigação-ação utilizada para corresponder aos critérios da pesquisa acadêmica.

3.4 - O Estudo Empírico e o Modelo de David Tripp (2005)

Para melhor compreendermos todos os procedimentos metodológicos que envolvem esta Investigação-Ação, e dado que o nosso tema se integra num contexto musical e artístico, decidimos associar ao modelo de Investigação-Ação de Tripp (2005), os polos de investigação do modelo do investigador Renald Legendre, denominado Modelo de Relação Pedagógica (RP). Os seus polos adaptam-se de forma muito positiva aos nossos contextos de estudo, sendo eles: O **Meio (M)**, o **Sujeito (S)**, o **Objeto (O)** de estudo e o **Agente (A)** (Sousa, 2010).

Todos eles colaboram no sentido de darem maior visibilidade aos trabalhos desenvolvidos ao longo da Relação Pedagógica (RP) estabelecida neste Estágio Supervisionado. Segue-se então a adaptação destes polos de investigação ao nosso estudo concreto.

A inclusão do projeto “O Movimento Corporal como Elemento Dinamizador do Desenvolvimento Vocal no Processo de Aprendizagem e do Estudo do Canto Erudito” realizou-se, como já referido, na Fundação Conservatório Regional de Música de Gaia.

3.4.1 - O Meio (M):

A Fundação Conservatório Regional de Gaia

Assumindo o Projeto Educativo da Fundação Conservatório Regional de Gaia, em que na mesma prevalece “a orientação da escola...os valores, as metas e as estratégias segundo as quais a Escola se propõe a cumprir a sua função educativa”, apresentado no Decreto-Lei nº 75/2008 de 22 de abril, artº 9.

Ao considerar a arte como um papel fundamental na educação, a Fundação como protagonista da ação educativa, promove a arte como um processo de crescimento global do indivíduo, consciencializando-nos de que todo o homem é um ser emotivo, criativo, social e aprendiz.

3.4.2 - História

O Conservatório Regional de Gaia iniciou a sua atividade, autorizada pela Direção Geral do Ensino Particular e Cooperativo, a 14 de outubro de 1985. A criação desta Fundação teve como intenção ressuscitar as estruturas do ensino artístico até então escassas no Município de Gaia. Tal criação, auxiliada pela Câmara, motivou o empenho da sociedade na vida cultural, tornando-se, assim, fulcral a formação técnico-artística dos seus alunos promovendo igualmente o desenvolvimento da atividade cultural e artística através do ensino da música e outras artes e da realização direta ou indireta de manifestações culturais e artísticas. Atualmente, a Fundação Conservatório Regional de Gaia situa-se na Rua António Ferreira Gomes, em Vila Nova de Gaia e tem á disposição da sociedade cursos Livres, cursos Regulares e cursos de Estudos Adicionais.

3.4.3 - Caracterização da Escola

Reconhecida pelo Ministério da Administração Interna como uma instituição, a Fundação foca-se no percurso no ensino específico da Música, desde a iniciação musical até aos estudos musicais de nível superior e a tem como propósito a formação de futuros profissionais no campo da música assim como proporcionar uma prática de ensino artístico como forma de concorrer para a inclusão social de crianças e jovens com menores recursos. Para estas, a Fundação concede uma estratégia de valorização social, pelo esforço em proveito da aquisição dos valores da disciplina, do trabalho, do esforço, da motivação e visando também o esforço formativo da instituição combatendo o abandono escolar precoce que, em Portugal, ainda continua a ser dos mais elevados da Europa. Por isso, a Fundação caracteriza-se por afirmar a identidade do Conservatório projetando-o no meio musical português como uma escola de referência, proporcionando uma prática letiva exigente e rigorosa para que os alunos atinjam um domínio efetivo das competências exigidas no final de cada ciclo. Ao disponibilizar as ferramentas adequadas ao aluno, para este desenvolver as suas competências e solidificar a sua formação a fim de afirmar-se como músico, a escola estimula e valoriza o espírito crítico, a capacidade de reflexão, a criatividade e a inovação do indivíduo tornando-o autónomo e responsável. Uma das atividades mais populares da instituição é promover a sensibilização da comunidade envolvente para a música de modo a atrair

mais candidatos á escola ao motivar e mobilizar a comunidade escolar através de projetos artístico-musicais transdisciplinares que envolvam um maior número possível de intervenientes. Esses projetos só são possíveis pela promoção da qualificação dos professores, ao longo da sua vida profissional, que como pilares educacionais dos alunos tornam coerentes entre si a articulação de conteúdos e saberes nas diferentes disciplinas. Incluído no curso regular (básico e secundário) existem várias opções de escolha relativamente ao instrumento assim como a classe de conjunto. Dispõe também de Cursos livres de Iniciação Musical e não esquecendo os alunos de pré iniciação (3 a 5 anos de idade) e turma de bebés, fundamentando, portanto, que a música é para todos e de todas as idades.

3.4.4 - Ensino Superior

A Fundação Conservatório Regional de Gaia fornece a todos os interessados o acesso ao Ensino Superior como forma de dar continuidade á nova dimensão e estatuto á formação de nível superior contribuindo para reduzir a carência em certas áreas, de profissionais devidamente habilitados para o exercício qualificado, das respetivas atividades. O Conservatório Superior de Música de Gaia tem como objetivo enfatizar toda a experiência acumulada, auxiliando na continuação do caminho académico aprofundando colaborações com escolas estrangeiras e professores de prestígio, que vem realizando juntamente dos protocolos e intercâmbios já existentes. O CSMG, auxiliado pelo seu Projeto Educativo, permite aos alunos continuarem a desenvolver a sua ação educativa, ao manter e aperfeiçoar a qualidade e exigências de cada curso aliados ás necessidades que forem surgindo conforme o avanço das ciências e mudanças na sociedade. Ao assumir com criatividade opções educacionais oportunas e ao proporcionar formação pessoal a todos os que integram a comunidade educativa, a fundação estabelece prioridades no campo da investigação, assim como o apoio ao desenvolvimento humano e bem-estar social e pessoal. Desta forma, dispõe ao público da seguinte oferta formativa: Licenciatura; Mestrado; Pós-Graduações; Cursos Livres.

3.4.5 - Iniciativas

A fim de promover e desenvolver a atividade cultural artística, nomeadamente através do ensino da música e de outras artes na realização direta ou indireta de manifestações culturais e artísticas, a Orquestra Filarmonia de Gaia surge para ser mais um instrumento de difusão cultural da Fundação em interesse da cultura de Gaia tornando-se um espaço de afirmação de jovens intérpretes e de inserção profissional. Sob a batuta do Diretor titular Maestro Mário Mateus, presidente da Fundação, são regularmente apresentadas obra de repertório sinfónico e coral sinfónico. Outra iniciativa inserida no plano de atividades do Projeto Educativo e cultural da Fundação Conservatório Regional de Gaia e que pretende contribuir para a valorização cultural da cidade de Gaia é o Festival Internacional de Música de Gaia que tem como intuito, ao longo do seu historial, apresentar obras compostas desde a Idade Média á Modernidade, incluindo no painel intérpretes de importante nome na cena musical internacional.

3.5 - A Amostra – O (s) Sujeitos (s) -(S)

Fizeram parte como Sujeitos (S) de aprendizagem no Relatório que se apresenta, três alunas do sexo feminino, com a mesma faixa etária. O processo decorreu entre Setembro e Maio do ano letivo 2016/2017.

Segue-se a apresentação dos Sujeitos (S)

SUJEITO	NOME	IDADE	REGIME DE ENSINO	ANO	OBSERVAÇÕES
A	Cátia	11 anos	Canto-Curso Básico	6ºano/2º grau	Demonstrava ar na voz; Praticava patinagem artística
B	Ana Sofia	11 anos	Canto-Curso Básico	6ºano/2º grau	Colocava a voz na garganta; Cantava fora do âmbito escolar
C	Margarida	11 anos	Canto-Curso Básico	6ºano/2º grau	Recuava a língua;

					Praticava hip-hop
--	--	--	--	--	-------------------

Quadro nº 1: Sujeitos participantes no Objeto (O) de estudo

3.6 – O (s) Agente(s) - (A)

Foram agentes intervenientes neste processo de ensino-aprendizagem:

- A professora estagiária, Vera Mesquita, Investigadora do Objeto de estudo (O) deste Projeto Educativo;
- O Orientador deste trabalho científico, o Professor Doutor António Gabriel Castro Correia Salgado;
- A Professora Especialista, Professora Fernanda Correia;
- A Professora Cooperante, Professora Elsa Teixeira

Atendendo ao capítulo 2, e seguindo o que foi dito anteriormente, o Objeto (O) de estudo deste trabalho científico foi centralizado na Teoria de Laban e na sua aplicação aos sujeitos da aprendizagem. Assim, e após uma breve descrição do mesmo, foram implementadas junto dos sujeitos de aprendizagem alguns exercícios da Teoria de Laban, para que estes pudessem adquirir uma maior consciencialização ao nível da relação espaço/corpo, a fim de que pudessem vir a desenvolver a sua expressão corporal, contribuindo, desta forma, para melhorar a sua performance. Isto, obviamente aliado a um estudo e interpretação do texto das peças trabalhadas ao longo do ano, e da sua fonética, de forma a que as alunas pudessem sentir e expressar melhor o que estavam a cantar. Para uma melhor coerência de resultados e organização de planeamento das aulas, uma vez que se trata de uma investigação-ação de ensino artístico-musical, os instrumentos de recolha de dados foram:

INSTRUMENTOS	DESCRIÇÃO
Diário de Bordo da Mestranda	Caderno com registos de exercícios metodológicos e atividades importantes de apoio para o Objeto de estudo; Registo desenvolvido das aulas.
Livro de Sumários	Registo resumido das aulas.
Grelhas de Avaliação	Comentário e observações feitos de acordo com o desenvolvimento dos Sujeitos (S) ao longo do ano letivo
Questionário	Questionário realizado tanto aos Sujeitos (S) assim como ao júri das provas de

	avaliação dos mesmos
--	----------------------

Quadro nº 2: Instrumentos de recolha de Dados

Depois de ter exposto a metodologia incrementada neste Relatório de Estágio Supervisionado, passamos ao Capítulo 4, onde se encontra a descrição do Programa realizado com as alunas de Canto.

CAPÍTULO 4: A TEORIA DO MOVIMENTO DE LABAN

O presente capítulo é uma descrição da metodologia implementada no programa de Estágio Supervisionado, e que se relata no próximo capítulo. Nele se apresenta a Teoria do Movimento de Rudolf Laban, que é uma teoria de movimento que estuda e desenvolve a interligação entre a expressão corporal e a expressão musical. Como o próprio Laban afirmava: “toda a música, vocal ou instrumental, é produzida por movimentos do corpo” (Laban apud Gambetta, 2005, p.93).

Embora a sua teoria seja mais direcionada para a Dança, a mesma teve grande influência na educação musical, nomeadamente na Direção Musical (Mateus, 2009). Laban defendia que o movimento deveria ser utilizado e ensinado em todas as artes como forma de o indivíduo desenvolver o autoconhecimento e a criatividade. Assim, o meu objetivo neste projeto é tentar comprovar que a Teoria de Laban também se pode estender aos cantores/performers.

4.1 - Metodologia de Laban

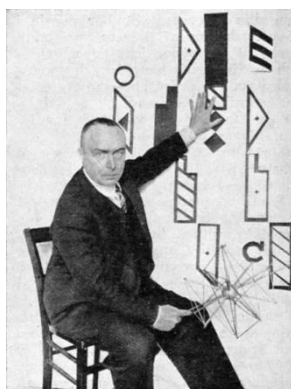


Figura 9: Laban notação. Fonte: Wikipedia

Rudolf von Laban nasceu a 15 de Dezembro de 1879, em Bratislava, antigo Império Austro-Húngaro. Desde cedo, Laban, manifestou um grande interesse pelas atividades artísticas, principalmente as que incluíssem movimento, tendo acabado por estudar Pintura e Arquitetura, esta última na École des Beaux Arts, em Paris, em 1900. Paralelamente, para sobreviver, também nesta cidade, sob o pseudónimo de Attila de Varalja, iniciou a sua carreira teatral no Moulin Rouge.

Vendia jornais, pintava cartazes e dedicou-se á dança livre. Provavelmente, todas estas atividades artísticas o incentivaram para a sua investigação teórica e prática do movimento.

Sete anos mais tarde, Laban deixa Paris e continua a sua caminhada pelo mundo das artes entre a Suíça e a Alemanha. Em Ascona, entre 1911 e 1914, dirigiu alguns festivais de Verão pela Schülle für Lebenskunst que o próprio criou como laboratório onde pôs em prática as suas primeiras teorias sobre a Corêutica (Harmonia do Esforço) e a Eukinéctica (Esforço) e sobre o seu Labanotation (Notação do Movimento).

As suas teorias sobre o movimento e a coreografia estão entre os pontos fulcrais da Dança Moderna e fazem parte de todas as abordagens contemporâneas da dança. Este pedagogo dedicou-se igualmente à realização de produções artísticas em Munique, desenvolvendo a arte da Dança Coral (Coros de movimento), com uma coreografia de estrutura simples que permitiu a colaboração conjunta de bailarinos profissionais e amadores.

Por volta de 1936, Laban prepara os eventos de dança previstos para se realizarem em conexão com os Jogos Olímpicos de Berlim. Contudo, Göbels após assistir ao ensaio geral e considerar a peça pretensiosa, intelectual e incompatível com os ideais nazistas, anulou a sua apresentação. Um ano depois, Laban acaba por fugir do Nazismo e vai para Inglaterra, onde se dedica intensamente ao estudo do treino físico do ator acabando por publicar um livro de enorme sucesso: “O Domínio do Movimento” (R. Laban, 1950). Laban morreu no dia 1 de Julho de 1958 com setenta e oito anos de idade.

4.2 - Principais ideais da Teoria do Movimento Laban

Para Laban qualquer forma de expressão utiliza o movimento como transmissor de sentimentos, emoções e sensações, por isso ao estudarmos o movimento poderemos entender a essência da vida. Ao considerar o ser humano como uma união entre o corpo, mente e espírito, o movimento acabaria por ser, assim, o resultado dessa interligação. Desta forma, as investigações de Laban consistiam em ideais básicos e universais do movimento que aliados a uma prática, análise e descrição exaustiva poderiam ser visíveis em qualquer área profissional. Inicialmente o seu método era utilizado para

treinamento e seleção de operários nas indústrias. Depois percebeu que esse método melhorava a compreensão do movimento humano geral e passou, então, a ser utilizado na dança educativa. Posteriormente, a dança deixou de ser utilizada só por bailarinos tornando-se instrumento de autoconhecimento e domínio corporal.

Laban desenvolveu a sua Teoria respeitando os seguintes ideais:

- O movimento é universal e está em todas as coisas vivas - o homem expressa, cria e relaciona-se através de uma grande complexidade de padrões de movimento;
- O movimento é a confirmação e a afirmação da vida - todas as coisas que descobrimos sobre a vida advém dos nossos sentidos e movimentos;
- O movimento é um denominador comum - pois tudo à nossa volta é movimento;
- O movimento é padronizado, recorrente e organizado - pois passa por diversas mudanças, seguindo uma determinada ordem e respeitando certos padrões;
- O movimento é o resultado da conexão do corpo, mente e espírito;
- O movimento é esforço - pois acabamos por exteriorizar um impulso interior;
- O movimento pode ser um ato consciente ou inconsciente - pois como é um meio de comunicação através da expressão corporal podemos partilhar estados de espírito de uma forma consciente ou inconsciente.

Podemos verificar que para Rudolf Laban estes ideais desenvolvem, através da força muscular, a integração do corpo e mente acompanhada pelo movimento na personalidade, combinando experiências internas com experiências externas. Por outro lado, e segundo ele, o movimento resulta da junção do corpo, esforço, espaço e forma. A sua metodologia, aliás, sempre utilizou a arquitetura/espaço, ou seja, a dança acaba por ser um elo de ligação entre o espaço e o tempo. Assim, surgiu a Notação de Laban.

Para este investigador, o corpo “é uma partitura obediente a um princípio ordenador: o esforço - aquilo que promove o deslocamento do peso” (Mommensohn e Petrella 2006, p.53). A partir desse conceito, e uma vez que a dança é difícil de se descrever por palavras, Laban criou movimentos, direções, níveis e ritmos, e são esses símbolos que durante a performance auxiliam o intérprete (bailarino/músico/cantor) a transmitir expressivamente as suas emoções com uma audiência. Para entender melhor esta

metodologia há que estar atentos a dois conceitos importantes: a Corêutica (plano do tempo-espço) e a Eukinética (domínio do tempo-movimento).

4.2.1 - A Corêutica (tempo/espço)

Termo usado por Laban para descrever a Harmonia Espacial - “o movimento é emoção, forma e conteúdo, corpo e mente, inseparavelmente unidos” (Laban,1966, p.8).

No que diz respeito à performance, o cantor lírico produz movimentos no palco que resultam em gestos, sons e falas, e como o comportamento em palco difere da vida quotidiana, o estudo da Corêutica ajuda na percepção cinestésica e visual e na ampliação espontânea e criativa, no repertório, de movimentos individuais, e para tal estão presentes os seguintes elementos:

- Kinesfera
- Níveis
- Formas
- Projeções
- Direções
- Dimensões
- Planos
- Volume

Kinesfera

É identificada, por Laban, como a área total na qual a estrutura do corpo se movimenta sem mudar de posição. O tamanho da Kinesfera modifica-se de acordo com a nossa confiança ou medo, e de acordo também com as situações que encontramos no meio ambiente, isto é, relaciona-se com a introspeção e extroversão.

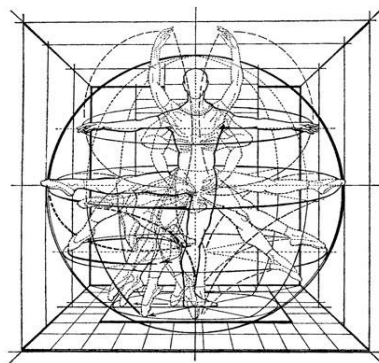


Figura 10: Kinesfera -Relação com o espaço. Fonte: Rudolf Von Laban (1996, p.10)

Por conseguinte, é através dessa esfera imaginária de movimento que podemos relacionar o corpo com o espaço pois quando nos abstraímos do contexto externo estamos no chamado espaço interno, mas se quisermos alcançar o espaço além da esfera *interpessoal* estamos a ocupar o espaço global. Assim, quanto menos o corpo é projetado menor é a amplitude do movimento, e quanto mais projeção corporal houver mais amplo é o corpo ao se mover.

Níveis

São três os níveis espaciais: baixo, médio e alto, ou seja, ao identificá-los de acordo com a aproximação ou afastamento do corpo em relação ao solo, entendemos que o nível baixo se refere à posição de deitado e as suas variantes, por exemplo, rastejar ou ajoelhar; o nível médio caracteriza-se pelos agachamentos do corpo e pelos movimentos em três ou quatro apoios; e o nível alto assume-se o corpo na vertical em um ou dois apoios.

Dimensões

São divididas em três: a altura que utiliza o eixo vertical e contém a direção cima-baixo; a largura que utiliza o eixo horizontal e direciona-se da direita-esquerda; e a profundidade que diz respeito ao eixo sagital e compreende a direção frente-trás. Estas três dimensões realizam a exploração de seis possibilidades de intenção espacial - cima, baixo, esquerda, direita, avanço e recuo, e, além disso, facilitam a experimentação de fatores de Esforço: peso, espaço e tempo.

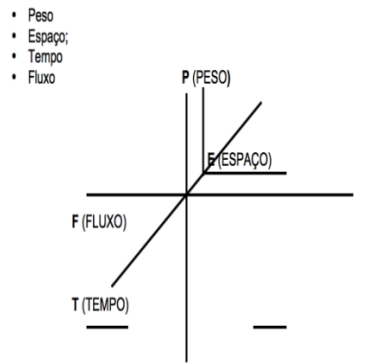


Figura 11: Esquema dos fatores dinâmicos do movimento. Fonte: Anna Feuerber

Planos

Resultam da junção entre as dimensões e dividem-se em três: o plano vertical (plano de Porta) que é a união das dimensões altura e largura; o plano horizontal (plano de Mesa) que engloba as dimensões largura e profundidade; e o plano sagital (plano de Roda) que une as dimensões altura e profundidade. Assim, através do estudo sobre as dimensões e planos é possível uma compreensão prática da tridimensionalidade do corpo e uma alta noção de volume.

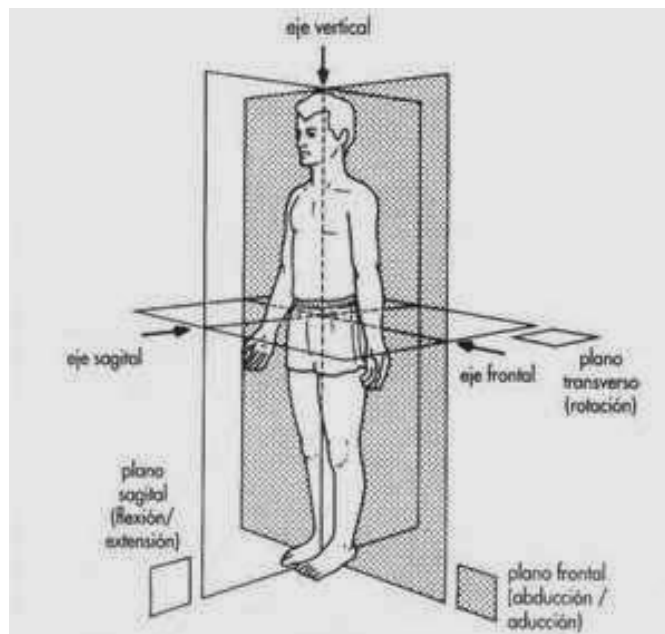


Figura 12: Plano Corporal na Teoria do Movimento de Laban



Figura 14: Estudo do espaço, pela teoria do Movimento de Laban, na Dança

Perante esse conjunto de direções e das qualidades expressivas específicas de movimento nas formas cristalinas, Laban desenvolveu o que chamou de **Escalas** – um estudo que define relações harmônicas entre o corpo e espaço, com o auxílio das afinidades que o corpo humano tem com as direções dimensionais e a atitude do movimento.

Assim, essas *Escalas* têm em conta:

- A leveza que relaciona o movimento ascendente com a direção para cima;
- A precisão do movimento com trajetória para baixo;
- A relação entre o movimento direto e restrito com o movimento cruzado para a lateral e com o movimento oposto à parte móvel - por exemplo, o braço direito vai para o lado esquerdo cruzando-se à frente do corpo;
- O movimento flexível ou indireto está conectado à direção aberta;
- A rapidez relaciona-se com o recuo do corpo
- A lentidão e a sustentação têm afinidade com o avanço

4.2.2 - A Eukinética (tempo/movimento)

“A vontade ou decisão de mover brota da profundidade do nosso ser. Nós não só alteramos as posições de nossos corpos e mudamos o ambiente pela nossa atividade, mas trazemos uma cor ou humor adicional para nossos movimentos pela nossa psique. Nós falamos de sentimentos ou pensamentos que procedem ou acompanham o movimento”

Laban (1966, p.48)

Entende-se por Eukinética o estudo das qualidades expressivas do movimento, o estudo da energia impregnada na ação, das dinâmicas que estão relacionadas à intencionalidade e à individualidade. A variação das qualidades expressivas, mesmo que simples, dá outras conotações aos movimentos e podem definir um estilo pessoal de se mover.

Por conseguinte, a Eukinética é constituída por :

- O Esforço, que tem definido os quatro fatores do movimento:
= Peso; Espaço; Tempo e Fluência =
- As ações incompletas
- As ações completas e ações básicas de esforço

Para Laban o estudo dos quatro fatores do movimento permite analisar as qualidades do movimento além de observar as afinidades individuais que cada um pode ter com determinadas formas de se mover. Tendo em conta que o movimento é a forma de expressão humana mais antiga e que expressa processos interiores, pode-se afirmar que o Esforço é o condicionador do movimento, isto é, o movimento é a manifestação de uma imagem mental. Em paralelo com o Esforço está a Forma que é o desenho do movimento do corpo no espaço, ou seja, na dimensão direcional do movimento. A forma resulta do percurso em direção a um ponto no espaço - linhas retas formam movimentos em arco e curvilíneo - e o seu movimento direcional fortalece o desenho do percurso quer de maneira concreta ou abstrata.

O Esforço-Fatores de Movimento

- **Peso** - relaciona a ação que o corpo estabelece com a força da gravidade; os níveis de tensão muscular manifestados em força cinética ou força estática; com este fator Laban mostra que podemos ter uma atitude relaxada ou enérgica, pois ao movermos com o peso leve transmitimos a sensação de suavidade e leveza; com o peso forte o corpo assume uma postura de resistência e firmeza.
- **Espaço** - engloba a atitude corporal que se tem em relação ao foco espacial havendo uma ligação direta com a comunicação; o espaço direto é único e representa uma comunicação restrita e mais limitada entre o corpo e o espaço, assim quanto mais direto é o movimento mais delimitado é o seu foco e mais evidenciado é na sua trajetória; no espaço indireto a comunicação alarga-se tornando o movimento mais flexível e amplo. Várias partes do corpo vão para diferentes lugares ao mesmo tempo.
- **Tempo** - cataloga a duração de um movimento; o tempo súbito é visível quando o movimento é apressado, momentâneo e resulta em uma ação executada com extrema rapidez; o tempo sustentado é aquele que se vê em movimentos de longa duração, em atitudes prolongadas e extremamente lentas. O tempo relaciona-se com o poder de intuição e de decisão.
- **Fluência** - controla os movimentos e pode variar entre um grau alto de abandono e um autodomínio mais rígido do movimento; quando a fluência é livre torna-se difícil interromper o movimento, dando a sensação de continuidade e fluidez havendo entrega; quando a fluência é contida o movimento é controlado e preciso.

As Ações Incompletas

Também são denominadas de estados do movimento e revelam atitudes internas, intenções e estados de ânimo de um indivíduo. Para Laban essas ações incompletas são importantes pois influenciam as mudanças de expressão que podem ser avaliadas nas transições de um gesto para outro:

- **Estado de Alerta:** combina o espaço e tempo (onde e quando)
- **Estado Onírico:** combina a fluência e peso (como e o quê)

- Estado Remoto: combina o espaço e a fluência (onde e como)
- Estado Rítmico: combina o peso e tempo (quê e quando)
- Estado Estável: combina o Espaço e Peso (onde e o quê)
- Estado Móvel: combina o tempo e fluência (quando e como)

As Ações Completas

São formas específicas de combinações provenientes dos fatores peso, tempo e espaço que ao relacionarem-se geram as oito ações básicas do esforço. Trabalha-se além do físico, o mental, aumentando as habilidades corporais e para se sentir o esforço é suficiente o uso de dois fatores de movimento, embora sejam esforços incompletos. Descobrir o espaço e ao mesmo tempo adaptar-se a ele, é fundamental para o corpo se desenvolver.

Ao combinar os três fatores origina-se as seguintes ações básicas de esforço:

1. Socar	2. Flutuar	3. Chicotear	4. Deslizar
Tempo – Súbito	Tempo – Sustentado	Tempo – Súbito	Tempo – Sustentado
Esforço – Forte	Esforço – Leve	Esforço – Forte	Esforço – Leve
Espaço – Direto	Espaço – Indireto	Espaço – Indireto	Espaço – Direto
5. Torcer	6. Pontuar	7. Pressionar	8. Talhar
Tempo -Sustentado	Tempo – Súbito	Tempo – Sustentado	Tempo – Súbito
Esforço – Forte	Esforço – Leve	Esforço – Forte	Esforço – leve
Espaço – Indireto	Espaço – Direto	Espaço – Direto	Espaço – Indireto

Quadro nº 3: As oito ações básicas do esforço da Teoria de Rudolf Laban

É só nestas combinações que encontrámos o fator *fluência* e como tal, podem ocorrer, com as mesmas, transições derivadas da mudança de componentes de esforço:

- **Socar** —————> empurrar, ímpeto, ressaltar
- **Talhar** —————> bater, atirar, chicotear
- **Pontuar** —————> pancadinha, agitação
- **Sacudir** —————> estalido, pancadinha, puxão
- **Pressionar** —————> esmagar, cortar, comprimir
- **Torcer** —————> puxar, arrancar, esticar

- **Deslizar** —————> alisar, olear, sujar
- **Flutuar** —————> espalhar, mexer, bater

Perante estas observações, compreende-se que a *fluência* possa desempenhar um papel bastante importante no movimento expressivo. Quando a *fluência* substitui um dos fatores de movimento prevalecem o que Laban denominou de: *Impulsos de Ação*.

Impulso	Características	Origem
Paixão	Livre de forma, expressivo, emocional e sentimental	Deriva da junção da fluência, tempo e peso
Visão	O corpo tem um papel pouco importante; não há esforço de peso	Deriva da junção da fluência, tempo e espaço
Encanto	Ausência de Tempo; fascínio	Deriva da junção da fluência, peso e espaço

Quadro nº 4: Os impulsos de Ação

4.2.3 - Relação entre Esforço e Forma

Laban detetou que para entendermos as nuances dinâmicas que o nosso corpo faz em determinadas áreas de espaço, é necessário recorrer a um esquema, isto é, quando são realizados movimentos com esforço indireto, a forma dos mesmos será ampla; movimentos com esforço direto pedem algo recolhido; movimentos de forma ascendente tornam-se mais subtis e leves; numa forma descendente o esforço colocado no movimento terá tendência a ser pesado e agressivo; ao realizarmos um movimento lento, a forma utilizada será em avanço, e no recuar a tendência será utilizar um esforço rápido. Todas estas relações levaram Laban a acreditar que a expressão gestual depende da maneira como cada forma é adaptada, tornando-se, assim, algo natural.

A teoria de Laban, ao respeitar os quatro fatores de movimento (tempo, espaço, peso e fluência) ajuda o performer a entender da melhor maneira como adaptar a sua gestualidade, por exemplo, ele terá capacidade de avaliar quanto peso terá de pôr, e em que espaço, na ação de *caminhar*. Para isso, o intérprete poderá analisar os seus movimentos e gestos em termos sequenciais, ou seja, repetir as suas ações sucessivamente experimentando várias direções, níveis e formas. Esta mesma teoria

permite-nos imaginar a sensação de um determinado movimento corporal de modo a que seja aperfeiçoada a orientação do homem no seu mundo interior; mesmo que o performer não exponha o esforço e as suas várias nuances, o simples facto de imaginar, idealizar, de dar intenção, a sua representação e gestualidade têm uma grande importância na sua representação visível e audível.

Treino do Esforço

Para o treino do Esforço, a consciência do corpo, a sensação cinestésica de cada elemento de esforço e as suas várias combinações são os elementos essenciais para compreender a relação e proporção dos fatores do movimento, a fim de evitar o exagero, o cansaço dos músculos, a ausência de liberdade e a diminuição da sensibilidade neuromuscular. Caso isso aconteça, há que recorrer a movimentos compensatórios exercendo o ponto fulcral do processo na reposição do equilíbrio de esforço. Como cada indivíduo é detentor de uma vasta combinação de esforços ou repertório pessoal com características individuais é possível desenvolver habilidades específicas e facilitar a ampliação do repertório de movimentos expressivos.

Atendendo a isso, Laban, através da sua teoria pretende estimular o pensamento em termos de movimento e, por conseguinte, alcançar o domínio do movimento nos seus diferentes aspetos e variações. Com o treino do movimento é pretendido que se ensine a analisar a vida interior das pessoas com base nas características dos seus movimentos aparentes; que os indivíduos aprendam a projetar essas mesmas características em situações imaginárias; que se ensine aos indivíduos como transmitir de forma credível a uma audiência as suas condições de vida e atitudes corporais.

4.2.4 - Domínio de Movimento

Para ser possível dominarmos o nosso movimento, a teoria de Laban desenvolve e investiga alguns exercícios de representação centrados em temas emocionais com interesse comum, incluindo a dança, a mímica e outras atividades. O performer com essas técnicas é capaz de manipular os fatores de movimento isoladamente para depois relacioná-los entre si, e ao efetuar seu treino de movimento executa sequências de movimentos e improvisações. O performer pode criar cenas de carácter emocional nas quais, através de ações práticas e fazendo-as com regularidade, o movimento acaba por

se tornar simples e natural. Pode fazê-lo individualmente ou em grupo, sendo que em grupo, para além de incluir uma variedade maior de fatores, há necessidade de se formar uma harmonia das ações apropriadas para todos os intervenientes.

Essas atividades consistem em organizar o sentido do desenvolvimento da consciência do corpo, da percepção do tempo e variações do peso, técnicas de exploração do espaço, combinações de tempo-peso, estudos de ação de esforço, exercícios de observação e cenas de movimento.

CAPÍTULO 5: PRÁTICA EDUCATIVA SUPERVISIONADA

5.1 - Introdução

O Projeto Educativo “O Movimento Corporal como Elemento Dinamizador do Desenvolvimento Vocal no Processo de Aprendizagem e do Estudo do Canto Erudito” foi aplicado aos Sujeitos da Investigação, entre Janeiro e Maio do ano letivo de 2016/2017, no Conservatório Regional de Música de Gaia.

Foram usadas as seguintes técnicas:

- Observação e registo do desenvolvimento dos alunos nas aulas, no que diz respeito à sua expressão corporal e desempenho vocal através da utilização dos instrumentos de pesquisa já referidos anteriormente
- Avaliações periódicas
- Audição Final

Para a elaboração deste Projeto Educativo foram introduzidos alguns exercícios das oito ações básicas do Esforço de Laban consoante aquilo que a peça trabalhada sugeria.

No quadro abaixo, apresento uma síntese das aulas relativas á investigação implementada.

Planificação das Sessões

Mês	Dia do Mês	Total das Aulas
Janeiro	- - 13 20	6
Fevereiro	3 10 17 24	12
Março	3 10 x 24	9
Abril	x x 21 28	6
Maio	5 12 19 26	12
Junho	3	3

Quadro nº 5: Síntese da Planificação das sessões

5.2 - Competências gerais do PROGRAMA

Durante os 5 meses de intervenção ao Projeto Educativo foram implementadas, aos Sujeitos (S), as seguintes competências:

- Aumentar a autoconfiança;
- Melhorar a expressão corporal e a expressividade musical;
- Criar e improvisar sentimentos e gestos;
- Coordenar o movimento corporal com a emissão vocal;
- Criar uma performance natural e espontânea

5.3 - Temáticas do PROGRAMA

Como já referido, foi desenvolvido com os Sujeitos (S) exercícios e atividades de movimento provenientes da Teoria de Rudolf Laban. Com estes exercícios pretende-se que o aluno se liberte de tensões musculares e que, aliados a um bom apoio diafragmático e a um bom mecanismo respiratório, ajudem na transmissão de expressão através da emissão vocal.

Inicialmente foi feita uma avaliação diagnóstica relativamente a cada aluna, com a qual se procurou perceber em que nível estava o à vontade de cada uma, assim como o seu sentido de interpretação.

Os exercícios foram aplicados de forma gradual, isto é, a orientadora começou por colocar nas primeiras sessões os exercícios de movimento no período de relaxamento corporal e que compunha a primeira parte de cada sessão. A partir do segundo período escolar, esses exercícios e métodos passaram a ser aplicados nas peças a serem trabalhadas por cada Sujeito (S). Passemos à descrição das planificações das sessões.

5.4 - Planificação das SESSÕES

Cada sessão teve a duração de 45 minutos, sendo que a metodologia do trabalho teórico-prático foi semelhante em todas as sessões e usada em todas elas. Embora as planificações seguissem de uma forma geral a metodologia de ensino da professora Cooperante, tive oportunidade, ao longo do ano letivo, de ir acrescentando e implementando a metodologia por mim escolhida.

Apesar de todos os exercícios de relaxamento e de respiração terem sido iguais para as três alunas, os exercícios de aquecimento vocal e os exercícios da teoria de Laban em algumas sessões foram distintos, tendo em conta a dificuldade de cada Sujeito (S).

Todas as alunas tinham como objetivo de ano letivo trabalhar duas peças em português e, se evoluíssem consideravelmente, uma ária antiga.

A primeira parte das aulas iniciou-se sempre com exercícios de relaxamento corporais de forma a corrigir a postura adequada para cantar:

- Rotação da cabeça (com os olhos fechados) duas vezes para a direita/ duas vezes para esquerda.
- Rotação dos ombros (para a frente e para trás) em seis tempos.
- Elevação dos ombros até às orelhas.
- Elevação dos braços (alternadamente), o mais alto possível, como se estivesse a agarrar algo.
- Fletir os joelhos, deixando os braços relaxados e abaná-los para a frente e para trás como se fosse um boneco articulado.
- Fletir os joelhos, e deixar cair o resto do corpo, sustentar o peso do corpo (com o queixo encostado ao peito) alguns segundos; elevar o corpo em 7 tempos, sendo a cabeça a última parte do corpo a elevar-se.
- Relaxar os músculos faciais, fazendo exercícios para relaxar a língua e queixo.
- Com vibração labial, executar desde o som mais grave até ao mais agudo, com o braço a fazer o movimento de uma roda - percepção da linha melódica/legato.

Quadro nº 6: Exercícios de relaxamento corporal implementados nas aulas

Em seguida, trabalhava-se a respiração em relação com a ação diafragmática, para que as alunas soubessem cantar sobre a respiração e que pressão é antónimo de força:

- Exercício base de inspiração/expiração - inalar o ar pelo nariz, enchendo os pulmões, e sentindo o abaixamento do diafragma, criando a imagem de balão do nosso abdômen.
- Depois, ao sustentar a respiração no apoio, trabalhar o movimento diafragmático, com “ps”-“qs” e “ts”
- Trabalhar sons curtos e sons longos com a consoante “s” em cinco tempos - quatro tempos em stacatto e o quinto até o ar acabar (3 vezes).
- Imaginar que tinham uma bola saltitante na mão (stacatto) e atirá-la com as vogais “i-e-a-o-u” para terem a percepção que o ataque vocal é de cima para baixo e de forma leve - teoria do movimento de Laban (pontuar).
- Exercícios de imitação - pequenas melodias com vogais; risos de bruxas; som de animais.

Quadro nº 7: Exercícios de Respiração e de apoio diafragmático

5.4.1 - Planificação da 1ª Sessão

Esta primeira sessão foi muito idêntica para as três alunas, por isso será sumariamente apresentada num só quadro. Posteriormente irei apresentar outras sessões nas quais o trabalho realizado com cada aluna seja mais relevante. Mais á frente, no final do trabalho, em anexo, poderão ser consultadas todas as sessões.

Para cada sessão foi feita a seguinte estrutura: sumário, objetivos, atividades e metodologia referentes a cada aula.

1ª Sessão

Sumário	<ul style="list-style-type: none"> • Apresentação do Programa • Explicação sobre apoio diafragmático • Explicação sobre colocação da voz na “máscara” • Correção da Postura • Peça portuguesa “Pão Caseiro” (Cátia) • Peça portuguesa “Miragem” (Ana Sofia) • Peça portuguesa “As cinco pedrinhas” (Margarida) • Trabalho de ritmo e interpretação
Objetivos da Sessão	<ul style="list-style-type: none"> • Consciencializar as alunas para a colocação da voz na “máscara” (sorriso interior) • Consciencializar que o apoio diafragmático é uma ação constante • Ajudar a libertar tensões para a expressão corporal

	<ul style="list-style-type: none"> • Perceção do texto e seu carácter para a interpretação
Atividades	<ul style="list-style-type: none"> • Exercícios de relaxamento corporal • Exercícios de levantamento do palato • Vocalizos de 3ª e 5ª por grau conjunto e em arpejo com a vogal “i”
Metodologia	<p>A aula foi iniciada com exercícios de relaxamento. Iniciei o Projeto de investigação no início do segundo período, pois, embora fosse implementado alguns exercícios, optei que no primeiro período as alunas corrigissem problemas de técnica vocal e de apoio diafragmático.</p> <p>Em um dos exercícios de relaxamento ao qual chamei-o de “bola saltitona”, consistia nas alunas pensarem numa nota aguda (com levantamento do palato) e que ao atacar a nota, em stacatto, fizessem o gesto com a mão como se estivessem a atirar uma bola saltitona, e emitissem o som com as vogais “i-e-a-o-u” para que percebessem que o ataque das notas agudas é executado de cima para baixo, de forma leve, rápido e preciso, como se pontuassem- 6º ação básica do movimento da teoria de Laban.</p> <p>Os vocalizos realizados foram de 3ª e 5ª com a vogal “i” e á medida que fossem alcançando a nota aguda, fletiam os joelhos e abriam os braços levemente na latera, como se flutuassem sustentando a nota aguda, mas sem pressão-2ª ação básica do movimento da teoria de Laban.</p> <p>Foi feito um trabalho de interpretação do texto e foi pedido:</p> <ul style="list-style-type: none"> • À Cátia que pensasse ser a personagem da peça “Pão Caseiro” (padeira) e que tentasse transmitir-me como se processa o “amassar do pão” • À Ana Sofia foi-lhe pedido que explicasse o que achava ser o significado da palavra “Miragem” • À Margarida propus-lhe que ao cantar a peça “As cinco pedrinhas” estivesse a contar ao público como se joga o jogo.

Quadro nº 8: Planificação da 1ª sessão do Programa

Em seguida, e seguindo os mesmos parâmetros passo a apresentar as sessões mais significativas dos Sujeitos (S): A, B e C.

5.4.2 Sujeito (S) A: Cátia

6ª Sessão

Sumário	<ul style="list-style-type: none">• Exercícios de relaxamento corporal• Exercícios de respiração• Aquecimento vocal• “Avezzo a vivere”• “Pão caseiro”
Objetivos da Sessão	<ul style="list-style-type: none">• Consciencializar a aluna da colocação da voz na máscara• Consciencializar a aluna do apoio diafragmático• Aumentar a capacidade de expressão• Desenvolver a autoconfiança da aluna
Atividades	<ul style="list-style-type: none">• Exercícios de relaxamento• Vocalizos de 3º e 5ª por grau conjunto e arpejo ascendente e descendente com a vogal “i”• Vocalizos com “ma-me-mi-mo-mu” na mesma nota para colocar as vogais todas na mesma “forma” e para trabalhar a afinação• Execução do vaccaj “Avezzo a vivere” e “Pão caseiro”
Metodologia	<p>Iniciei a aula com os habituais exercícios de relaxamento corporal e de apoio diafragmático.</p> <p>Após o aquecimento vocal, a Cátia trabalhou na aula o Vaccaj “Avezzo a vivere”. Como já era uma peça que tinha vindo a ser trabalhada propus à aluna que a fizesse de cor e para se libertar da partitura e perder as tensões incentivei-a a caminhar pela sala enquanto a cantava. Inicialmente por ser algo estranho à aluna, esta inibiu-se, mas na última tentativa já estava mais descontraída. Depois desse exercício, e para que a aluna não</p>

	<p>descurasse o apoio diafragmático, pedi-lhe que cantasse a mesma peça mas desta vez com o corpo encostado na parede e joelhos fletidos. No momento das notas agudas tinha de pensar que estava a empurrar a parede (socar) - 1ª ação básica do movimento da teoria de Laban.</p> <p>Com a peça portuguesa “Pão Caseiro”, uma vez que se trata de uma canção de compasso de divisão ternária, remetendo-nos para a valsa, sugeri À Cátia que dançasse comigo enquanto cantava. A aluna na primeira tentativa mostrou-se desconfortável, mas depois achou divertido e como estava concentrada na execução dos movimentos ficou mais liberta acabando por não ter tensões ao nível corporal.</p>
--	---

Quadro nº 9: Planificação da 6ª Sessão do Programa Sujeito (S) A Cátia

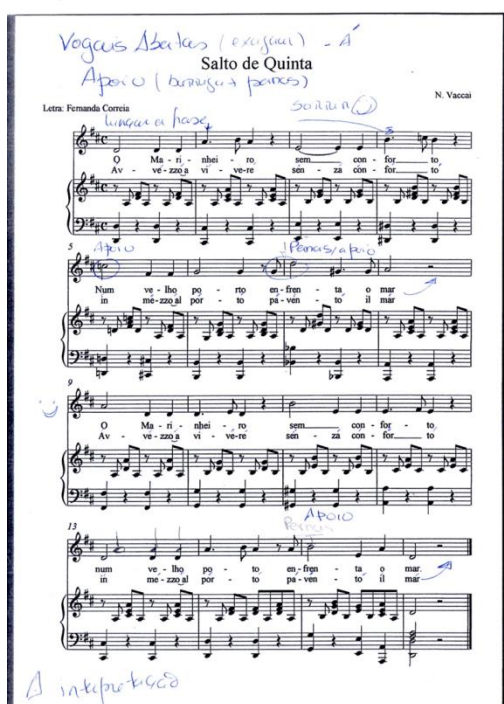


Figura 15: Partitura de Vaccaï “Avezzo a Vivere”

- Ritmo = fraca na volta e na descida
 - respiração
 - contagem rítmica

Pão caseiro que é uma brincadeira

Assim se amassa, assim se peneira,
 assim se dá volta ao pão na masseira.
 Farinha branquinha tão bem peneirada,
 com sal e fermento, com água amassada.
 Depois de tendidos e enfiados,
 já vão para o forno e saem tostados.
 Que pão tão bonito e que bem que cheira!
 Levou tantas voltas nas mãos da padieira.

CANÇÃO DE MOVIMENTO E MÍMICA
 - Canção para intervalo de 3ª Maior
 - Para fórmula rítmica 777

Partindo de uma lengalenga infantil, com movimento, esta canção visa dar a conhecer às crianças, o fabrico manual do pão, expresso no texto da canção, que será acompanhada da mímica adequada.

As crianças formam pares, dando-se as mãos e balançando-as de um lado para o outro, dizem a lengalenga: "Assim se amassa, assim se peneira, assim se dá volta ao pão na masseira". No momento em que proferem as palavras: "dá volta ao pão na masseira", rodam sobre si mesmas, sem largar as mãos, voltando à primeira posição.

Segue-se a canção com mímica.

14

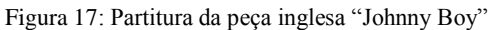
Figura 16: Partitura da Peça Portuguesa “Pão Caseiro”

9ª Sessão

Sumário	<ul style="list-style-type: none"> Exercícios de relaxamento corporal Exercícios de respiração Aquecimento Vocal Peça inglesa “Johnny Boy”
Objetivos da Sessão	<ul style="list-style-type: none"> Consciencializar a aluna da colocação da voz na máscara Consciencializar a aluna do apoio diafragmático Aumentar a capacidade de expressão Desenvolver a autoconfiança da aluna
Atividades	<ul style="list-style-type: none"> Exercícios de relaxamento Vocalizo de 5ª por grau conjunto com “io” para a aluna sentir a elevação do palato Execução da peça inglesa

<p>Metodologia</p>	<p>A aula começou com os exercícios de relaxamento corporal citados anteriormente.</p> <p>Após o aquecimento vocal, trabalhei com a aluna a peça inglesa “Johnny Boy” - para que a mesma conseguisse sustentar o apoio diafragmático pedi-lhe que nos compassos com as palavras <i>Johnny Boy</i> pensasse que tivesse um elástico na mão e o puxasse para a nota mais aguda, ao mesmo tempo que fletisse os joelhos - atividade correspondente á 5ª ação básica da teoria de Laban.</p> <p>Desta forma, a aluna conseguiu uma melhoria ao nível da impostação vocal.</p>
---------------------------	---

Quadro nº 10: Planificação da 9ª Sessão do Programa Sujeito (S) A Cátia



17ª Sessão

Sumário	<ul style="list-style-type: none">• Exercícios de relaxamento corporal• Exercícios de respiração• Aquecimento Vocal• Preparação para a prova global
Objetivos da Sessão	<ul style="list-style-type: none">• Consciencializar a aluna da colocação da voz na máscara• Consciencializar a aluna do apoio diafragmático• Adequar os movimentos com a emissão vocal• Incentivar a criar expressividade
Atividades	<ul style="list-style-type: none">• Exercícios de relaxamento• Vocalizos de 3ª e 5ª por grau conjunto com a vogal “i”, ascendente e descendente;• Vocalizo com “io” para a aluna encontrar o levantamento do palato• Execução de todas as peças trabalhadas ao longo do ano letivo para a prova global
Metodologia	<p>Após os habituais exercícios de relaxamento corporal e de apoio diafragmático, passámos ao aquecimento vocal com os quais trabalhámos o levantamento do palato.</p> <p>De seguida, uma vez que a aluna iria ter prova global na semana seguinte, trabalhei com ela todo o repertório estudado ao longo do ano letivo. Mas destaco duas peças em que a metodologia de Laban foi aplicada:</p> <p>- Com o Vaccaj “Manca sollecitá”, e para trabalhar o legato da mesma, pedi à Cátia que desenhasse no ar um arco. Esse arco definia o início e o fim de cada frase melódica. Aliado a esse exercício juntámos o fletir das pernas para a frase <i>palpita presso al morir</i> ser produzida com</p>

	<p>apoio.</p> <p>- Com a peça portuguesa “A Chula”, de Artur Santos, uma canção de carácter alegre, sugeri à Cátia que dançasse, numa primeira tentativa, e que depois tivesse em consideração a frase <i>Salto e Brinco de contente</i>. No final da aula a aluna já estava mais liberta de tensões.</p>
--	---

Quadro nº 11: Planificação da 17ª Sessão do Programa Sujeito (S) A Cátia



Figura 18: Partitura de Vaccaj "Manca Sollecita"

Alegre e bem ritmado (J. 120)

CANTO

PIANO

Handwritten lyrics and musical notation:

Sai - to e
 bris - co de cou - ten - te, chu - la que - ra dan - sar
 te - me a - mor Já - me ca sa bra - gos teus Se - tu não podes esq'ado

Handwritten musical score for "Amen" by Stravinsky. The score is written on three systems of staves. The first system has a treble staff with a vocal line and a piano accompaniment. The second system has a treble staff with a vocal line and a piano accompaniment. The third system has a treble staff with a vocal line and a piano accompaniment. The lyrics are in Russian and Latin. The title "Amen" is written in large, stylized letters at the top right. The word "Stravinsky" is written in smaller letters at the top left. The score includes various musical notations such as notes, rests, and dynamic markings like "p" and "f".

<p>Atividades</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Exercícios de relaxamento • Vocalizos de 3º e 5ª por grau conjunto e arpejo ascendente e descendente com a vogal “i” • Vocalizo com “ma-me-mi-mo-mu” na mesma nota para colocar as vogais todas na mesma “forma” e para trabalhar a afinação • Execução dos Vaccaj “Manca sollecitá” e “Avezzo a vivere” • Execução da peça portuguesa “Miragem”
<p>Metodologia</p>	<p>Iniciei a aula com os habituais exercícios de relaxamento corporal e de apoio diafragmático.</p> <p>Após o aquecimento vocal, a Ana Sofia trabalhou na aula o Vaccaj “Avezzo a vivere”. Como já era uma peça que tinha vindo a ser trabalhada propus à aluna que a fizesse de cor. Para se libertar da partitura e perder as tensões incentivei-a a caminhar pela sala enquanto a cantava, tal como fiz com a aluna anterior. A Ana Sofia demonstrou não estar à vontade com a atividade pedida, salientando-se tensões ao nível do queixo e do pescoço.</p> <p>Para o Vaccaj “Manca sollecitá” pedi à aluna para cantar sentada, com uma postura correta e que, enquanto cantasse, imaginasse que estava a empurrar contra o chão com os glúteos. Ao introduzir a 7ª ação básica da teoria de Laban, constatei que a Ana Sofia mesmo não estando completamente liberta de tensões, conseguiu produzir um som mais sustentado.</p> <p>Com a peça portuguesa “Miragem” foi pedido à aluna que em todas as palavras com a vogal “a” cantasse, imaginando que o fazia em direção aos olhos. Ao abrir o olhar e ao passar a expressão para os olhos as palavras eram emitidas de forma mais límpida e clara.</p>

Quadro nº 12: Planificação da 6ª Sessão do Programa Sujeito (S) B : Ana Sofia

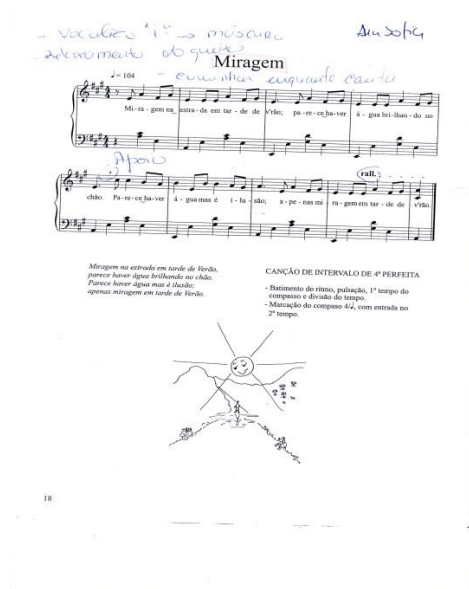


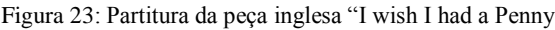
Figura 22: Partitura da peça portuguesa “Miragem”

12º Sessão

Sumário	<ul style="list-style-type: none"> Exercícios de relaxamento Aquecimento vocal “Miragem” “I wish I had a Penny”
Objetivos da Sessão	<ul style="list-style-type: none"> Consciencializar a aluna da colocação da voz na máscara Consciencializar a aluna do apoio diafragmático Aumentar a capacidade de expressão Desenvolver a autoconfiança da aluna Ajudar a aluna a perder as tensões
Atividades	<ul style="list-style-type: none"> Exercícios de relaxamento Vocalizos de 3º e 5ª por grau conjunto e arpejo ascendente e descendente com a vogal “i” e “a” Execução da peça portuguesa “Miragem” e da peça inglesa “I wish I had a Penny”

<p>Metodologia</p>	<p>Após os habituais exercícios de relaxamento corporal, os vocalizos realizados foram direcionados para a colocação da voz na máscara, por isso utilizei a vogal “i”. De seguida, utilizei a vogal “a” para a aluna abrir o olhar (cantar com os olhos).</p> <p>De seguida passamos ao trabalho das peças. Com a peça portuguesa senti evolução da parte da aluna- já estava mais liberta e colocava expressão.</p> <p>Com a peça inglesa “I wish I had a Penny, após trabalharmos a dicção pedi à Ana Sofia que a cantasse como se estivesse a contar uma história. Nas notas mais agudas, em que tinha de emitir o som dos gatos, lembrei-lhe que para esse ataque poderia pensar no exercício da “bola saltitona” (6ªção básica da teoria de Laban) com o qual poderia atacar a nota de forma leve.</p> <p>A aluna entendeu bem o processo pedido executando de forma satisfatória</p>
---------------------------	--

Quadro nº 13: Planificação da 12ª Sessão do Programa Sujeito (S) B Ana Sofia



17ª Sessão

Sumário	<ul style="list-style-type: none">• Exercícios de relaxamento corporal• Exercícios de respiração• Aquecimento Vocal• Preparação para a prova global
Objetivos da Sessão	<ul style="list-style-type: none">• Consciencializar a aluna da colocação da voz na máscara• Consciencializar a aluna do apoio diafragmático• Adequar os movimentos com a emissão vocal• Incentivar a criar expressividade
Atividades	<ul style="list-style-type: none">• Exercícios de relaxamento• Vocalizos de 3ª e 5ª por grau conjunto com a vogal “i”, ascendente e descendente;• Vocalizo com “io” para a aluna encontrar o levantamento do palato• Execução de todas as peças trabalhadas ao longo do ano letivo para a prova global
Metodologia	<p>Após os habituais exercícios de relaxamento corporal e de apoio diafragmático, passámos ao aquecimento vocal com os quais trabalhámos o levantamento do palato.</p> <p>De seguida, uma vez que a aluna iria ter prova global na semana seguinte, trabalhei com ela todo o repertório estudado ao longo do ano letivo. Mas destaco duas peças em que a metodologia de Laban foi aplicada:</p> <p>- Com o Vaccaj “Lascia il lido” expliquei à aluna que deveria pensar no movimento de vai e vem das ondas do mar e que o primeiro tempo de cada compasso seria como o bater do mar nas rochas. Assim seria mais fácil conduzir a frase melódica. Para a auxiliar, pedi-lhe que fizesse o</p>



Figura 25: Partitura de Vaccaj “Manca sollecità

5.4.4 Sujeito (S) C: Margarida

6ª Sessão

<p>Sumário</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Exercícios de relaxamento corporal • Exercícios de respiração • Aquecimento vocal • “As cinco pedrinhas” • “A Marcela”
<p>Objetivos da Sessão</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Consciencializar a aluna da colocação da voz na máscara • Consciencializar a aluna do apoio diafragmático • Aumentar a capacidade de expressão • Desenvolver a autoconfiança da aluna

<p>Atividades</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Exercícios de relaxamento • Vocalizos de 3º e 5ª por grau conjunto e arpejo ascendente e descendente com a vogal “i” • Vocalizos com a vogal “o” • Execução das peças portuguesas “As cinco pedrinhas” e “A Marcela”
<p>Metodologia</p>	<p>Iniciei a aula com os habituais exercícios de relaxamento corporal e de apoio diafragmático. De seguida passámos ao aquecimento vocal onde utilizámos a vogal “i” para a colocação da voz na máscara e com a vogal “o” para a aluna consciencializar o espaço para o levantamento do palato.</p> <p>Trabalhámos então as peças portuguesas: Com a canção “As cinco pedrinhas”, uma vez que a aluna já a sabia de cor, propus-lhe que caminhasse pela sala enquanto cantava; depois para trabalhar a expressividade pedi-lhe que cantasse novamente a canção, mas que ao fazê-lo tentasse contar-me uma história. A aluna executou o exercício de forma muito positiva.</p> <p>Com a peça “A Marcela” para além de trabalharmos a dicção, trabalhámos a expressividade. Como a peça é muito repetitiva aconselhei a Margarida a utilizar as dinâmicas para se perceber alguma diferença. A aluna demonstrou ter consciencializado o que lhe pedi.</p>

Quadro nº 15: Planificação da 6ª Sessão do Programa Sujeito (S) C Margarida

cantar a história
Alencar
após notas
para não ficarem
"espetadas"

As cinco pedrinhas
Deu Cruz
J=132

Eu jo-go às cin-co pe-dri-nhas, sen-ta-da no chão, e ti-ro u-ma pa-ra a pa-
 nha-seu-tras co's mão. U-ma du-as três e qua-tro, eu te-rei que-sa-pa-
 nhar, e jun-tar a es-tas to-das que fui pe-lo ar.

Eu jogo às cinco pedrinhas sentada no chão. Atiro uma ao ar e aponto as outras co'a mão. Uma, duas, três e quatro eu tiro que aponto, e juntar a estas todas a que foi pelo ar.

CANÇÃO DE INTERVALO DE 9ª PERFEITA

- Fazer os gestos correspondentes aos que se fariam a jogar.
- Enatamento do ritmo, pulsação, 1º tempo do compasso e divisão do tempo.
- Marcação do compasso 3/4 com entrada no 3º tempo.

23

Figura 26: Partitura da peça portuguesa “As cinco pedrinhas”

para o na-ção de A
forçada

A Marcela
Artur Santos

Artur Santos

Figura 27: Partitura da peça portuguesa “A Marcela”

14ª Sessão

Sumário	<ul style="list-style-type: none">• Exercícios de relaxamento• Aquecimento vocal• “Sebben Crudele”
Objetivos da Sessão	<ul style="list-style-type: none">• Conscienciar a aluna da colocação da voz na máscara• Conscienciar a aluna do apoio diafragmático• Aumentar a capacidade de expressão• Desenvolver a autoconfiança da aluna
Atividades	<ul style="list-style-type: none">• Exercícios de relaxamento• Vocalizos de 3ª e 5ª por grau conjunto e arpejo ascendente e descendente com a vogal “i” e “a”• Execução da ária antiga “Sebben Crudele”
Metodologia	<p>Foram feitos na primeira parte da aula os exercícios habituais de relaxamento. De seguida, passámos ao aquecimento vocal em que insisti com as vogais “i” e “a”.</p> <p>Nesta sessão foram trabalhadas as dinâmicas assim como a interpretação. Embora a aluna já tivesse a peça há algum tempo, dado o grau de dificuldade da mesma, só nesta sessão a aluna começou a apoiar mais a voz, isto é, começou a cantar com o corpo todo e não só voz de cabeça.</p> <p>Como se trata de uma ária muito repetitiva foram incrementadas dinâmicas para haver contraste a nível de fraseado. Pedi á aluna que ao cantar esta ária pensasse em algo delicado, mimoso e amoroso.</p> <p>No final da aula, a Margarida tinha consciência das dinâmicas e expressividade a utilizar.</p>

Quadro nº 16: Planificação da 14ª Sessão do Programa Sujeito (S) C: Margarida

17/22 95%

ANTONIO CALDARA (1871-1903)

SEBBEN, CRUDELE

Sebben, crudele, mi fai languir, sempre fedele il voglio amar. Con la lungezza del mio servir la tua ferezza saprò stancar.

(dal dramma pastoreale "La costanza in amor vince l'inganno")

p *more.*

Allegretto grazioso

CANTO

Seb. ben, cru - de - le, mi fai lan - guir, sem. pre fe -

le, sem. pre fe - de - le ti vo - glo a - mar.

Seb. ben, cru - de - le,

50249 - 31

Figura 28: Partitura da ária antiga “Sebben Crudele” – 1

17/22 95%

cres. *rit. assai*

mi fai lan - guir, sem. pre fe - de - le ti vo - glo... a -

cres. *rit. assai*

mar. Seb. ben, cru - de - le, mi fai lan - guir

rit. assai *p*

sem. pre fe - de - le ti vo. glo... a. mar. Con la lun - ghez - za

rit. assai *p*

del mio ser - vir la tua fie - rez - za, la tua fie -

Figura 29: Partitura da ária antiga “Sebben Crudele” – 2

17:22 95%

44

rez - za sa - pro stan - car, la tua fle - rez - za

sa - pro stan - car.

Seb - ben, cru - de - le, mi fai lan - guir....

sem - pre fe - de - le, sem - pre fe - de - le ti vo - glio a -

50249 - 51

Figura 30: Partitura da ária antiga “Sebben Crudele” – 3

17:22 95%

45

mar

Seb - ben, cru - de - le, mi fai lan - guir,..... sem - pre fe -

de - le ti vo - glio... a - mar, seb - ben, cru - de - le, mi fai lan -

guir,..... sem - pre fe - de - le ti vo - glio... a - mar.....

2

60740 - 61

Figura 31: Partitura da ária antiga “Sebben Crudele” – 4

17ª Sessão

Sumário	<ul style="list-style-type: none">• Exercícios de relaxamento corporal• Exercícios de respiração• Aquecimento Vocal• Preparação para a prova global
Objetivos da Sessão	<ul style="list-style-type: none">• Consciencializar a aluna da colocação da voz na máscara• Consciencializar a aluna do apoio diafragmático• Adequar os movimentos com a emissão vocal• Incentivar a criar expressividade
Atividades	<ul style="list-style-type: none">• Exercícios de relaxamento• Vocalizos de 3ª e 5ª por grau conjunto com a vogal “i”, ascendente e descendente;• Vocalizo com “io” para a aluna encontrar o levantamento do palato• Execução de todas as peças trabalhadas ao longo do ano letivo para a prova global
Metodologia	<p>Após os habituais exercícios de relaxamento corporal e de apoio diafragmático, passámos ao aquecimento vocal com os quais trabalhámos o levantamento do palato. De seguida, uma vez que a aluna iria ter prova global na semana seguinte, trabalhei com ela todo o repertório estudado ao longo do ano letivo. Mas destaco duas peças em que a metodologia de Laban foi aplicada:</p> <p>Com a peça portuguesa “A Marcela” a aluna executou-a sentada numa cadeira, com a postura correta em que ao utilizar a 7ª ação básica da teoria de Laban, que consiste em pressionar, neste caso, os glúteos contra a cadeira, a voz foi emitida com mais apoio.</p> <p>Com a ária antiga “Sebben Crudele” a aluna revelou alguma dificuldade em cobrir a vogal “e” ficando a voz por vezes nasalada. A nível de interpretação a Margarida revelou melhorias percebendo-se bem aos contrastes das dinâmicas.</p>

Quadro nº 17: Planificação da 17ª Sessão do Programa Sujeito (S) C Margarida

CAPÍTULO 6: ANÁLISE E INTERPRETAÇÃO DE RESULTADOS

6.1 - Introdução

Ao longo das sessões de aprendizagem realizadas com os Sujeitos (S) e dos momentos periódicos da sua avaliação foi sendo possível extrair, através das reações, comentários e opiniões das alunas sobre as atividades implementadas pela Orientadora deste Programa, e dos comentários registados pelo júri durante as avaliações periódicas, um conjunto de dados que permitiram, depois de analisados, chegar a alguns resultados interessantes, e à elaboração de uma conclusão final que permite reconhecer positivamente e satisfatoriamente a pesquisa levada a cabo por esta investigação-ação. Assim, passamos à *categorização* dos dados recolhidos.

6.2 - Análise do PROGRAMA

Segundo os dados recolhidos, a *categorização* será apresentada com base nos comentários registados das Professoras e da Orientadora deste Programa, Diário de Bordo das Sessões da Orientadora, Quadro das avaliações do ano letivo e num questionário realizado tanto às alunas como ao júri das avaliações periódicas. A análise de dados aqui apresentada será baseada nos resultados registados, individualmente, pela Investigadora no seguimento das reações, comentários e comportamentos das alunas. Passemos então à apresentação dessa análise:

6.3 - Categorização

TEMA: O MOVIMENTO CORPORAL COMO ELEMENTO DINAMIZADOR NO DESENVOLVIMENTO VOCAL NO PROCESSO DA APRENDIZAGEM E DO ESTUDO DO CANTO ERUDITO

Categoria 1: Postura Corporal

Indicadores:

Ao iniciar o Programa, deparei-me com o facto de que as alunas tinham já algumas noções do que era a Postura Corporal do Cantor.

A aluna, como pratica patinagem artística, sabe como corrigir a sua Postura Corporal. É inteligente e concentrada, assimilando assim todo o processo referente á postura.

(Sujeito (S) A: Cátia).

A aluna, embora reconheça que mantém uma Postura Corporal incorreta, demora a consciencializar os exercícios de correção da Postura.

(Sujeito (S) B: Ana Sofia).

A aluna é muito empenhada, e embora conheça todas as noções de uma boa Postura Corporal, nem sempre a mantém do início ao fim.

(Sujeito (S) C: Margarida).

Categoria 2: Respiração

Indicadores:

No início do Programa, as alunas demonstraram pouco conhecimento quanto ao processo de Respiração na aula de Canto. Após relembrar todo esse fenómeno, pode-se dizer que por um longo período a respiração e o apoio diafragmático foram o foco das primeiras sessões para que, depois de interiorizado o processo, o restante trabalhado da metodologia utilizada no Programa se tornasse mais fácil e eficaz na execução e no estudo e aprendizagem do Canto.

Todas as aulas tinham exercícios de relaxamento e de apoio diafragmático, assim como exercícios de respiração, para que a aluna conseguisse fazer frases melódicas mais longas, uma vez que era uma aluna que apresentava ao cantar algum ar na sua emissão vocal.

(Sujeito (S) A: Cátia).

A aluna transmitia pouca consciencialização acerca do processo respiratório, inspirando por vezes mais para a região do tórax, fazendo, assim, com que os ombros se elevassem.

(Sujeito (S) B: Ana Sofia).

Categoria 3: Emissão Vocal

Indicadores:

Embora tivessem as noções básicas sobre o que consistia a emissão vocal, no início do Programa nem todas as alunas entendiam que esse processo resulta de junção de vários fatores.

Sendo a primeira aula, em que se tratava de uma apresentação à aluna, a professora Cooperante fez-me um diagnóstico acerca da aluna. Tratava-se de uma aluna com ar na voz e com pouca imposição vocal. Trabalhei com a aluna bastantes vocalizos com a vogal “i” para que a voz fosse, gradualmente, colocada na máscara.

(Sujeito (S) A: Cátia).

A aluna tinha muitas dificuldades em colocar a voz na máscara. Não entendia o processo de “levantamento do palato”, o que fazia que a voz caísse toda na garganta. Foram feitos ao longo das sessões muitos trabalhos apenas com vocalizos principalmente com a vogal “o” para que a aluna percebesse e encontrasse o “levantamento do palato”

(Sujeito (S) B: Ana Sofia).

A aluna entendia o processo de Emissão Vocal, tendo uma consciencialização da imposição vocal satisfatória. Apenas tinha muita dificuldade com a vogal “a”, que fazia com que recuasse demasiado a língua, emitindo por vezes um som “engolado”, isto é, muito recuado, na garganta.

(Sujeito (S) C: Margarida)

Categoria 4: Tensões Musculares

Indicadores:

Creio que esta categoria era o principal entrave para o desenvolvimento do Programa. No início do Programa detetei que as alunas eram portadoras de várias tensões musculares talvez causadas pelos inúmeros fatores do quotidiano.

Embora praticasse patinagem artística, a aluna adotava uma postura um pouco tensa quer nos ombros quer nas pernas. Foram feitos, ao longo das aulas, muitos exercícios de relaxamento muscular, tanto a nível facial (língua, boca e pescoço) como a nível corporal, para melhor implementar o Programa nas aulas.

(Sujeito (S) A: Cátia).

A aluna tinha muitas dificuldades a cantar devido às suas tensões no queixo, pescoço e ombros. Sempre que era pedido algum exercício de relaxamento muscular, notava que a aluna era das mais tensas. Esse fator afetava sem dúvida a sua emissão vocal no registo e alcance das notas agudas.

(Sujeito (S) B: Ana Sofia).

No início do Programa, a aluna por vezes tinha o pescoço, queixo e língua muito tensos, mas senti melhorias os exercícios de relaxamento muscular faciais, e ao nível do queixo e língua. Também percebi que existiam melhorias sempre que vocalizava a aluna com a vogal “a”.

(Sujeito (S) C: Margarida).

Categoria 5: Expressividade

Indicadores:

No início do Programa, a Professora Orientadora tomou conhecimento do repertório que cada uma das alunas tinha de estudar. Como traziam esse repertório já previamente estabelecido pela Professora Cooperante, foi possível aplicar sobre o mesmo, toda a planificação pensada para o contexto deste trabalho científico. Assim, pude trabalhar e implementar os exercícios de expressividade e o movimento corporal nas peças musicais que cada uma trabalhou.

Antes de aplicar o conteúdo do Programa do trabalho científico, foram revistas com as alunas as peças do método Vaccaj: “Semplicetta Tortorella”, “Lascia il lido” e “Avezzo a vivere”. Ao iniciar o Programa, aproveitei o exercício do Vaccaj “Lascia il lido”, que a aluna já conhecia, e começamos a trabalhar peças novas, como por exemplo, “Pão Caseiro”, música portuguesa infantil.

Com o Vaccaj, para além de trabalhar o fraseado melódico, comecei a inserir exercícios de movimento corporal. Na peça portuguesa, iniciámos o trabalho com vocalizos com a vogal “i” para uma boa emissão vocal, e com o trabalho de leitura do texto para uma melhor interpretação.

(Sujeito (S) A: Cátia).

Começamos por melhorar todos os exercícios Vaccaj, principalmente o “Avezzo a vivere”, a fim de melhorar a colocação da voz na máscara, ao mesmo tempo que utilizei exercícios de movimento corporal. Com a peça nova, a música portuguesa infantil “Miragem”, iniciámos o trabalho com exercícios de vocalizos com as vogais “i” e “o” e depois de perceber o contexto da mesma, passámos ao trabalho de interpretação.

(Sujeito (S) B: Ana Sofia)

Iniciámos o Programa com duas peças de música portuguesa infantil: “As cinco pedrinhas” e “A Marcela”. Com a primeira, e após os habituais exercícios com vocalizos, passámos ao trabalho de texto e sua interpretação implementando os exercícios de movimento corporal e de expressão. Com a segunda, iniciámos com o trabalho de leitura rítmica, vocalizos com a vogal “a”, e por ser muito repetitiva, trabalhámos dinâmicas para podermos introduzir expressividade

(Sujeito (S) C: Margarida).

6.4 – Interpretação dos resultados

Nesta etapa final do trabalho e avaliando todos os parâmetros que o constituem, é possível analisar os resultados obtidos. Assim, o Quadro Teórico-Conceptual que elaborámos interliga-se à Metodologia Empírica que adotámos, uma vez que se trata de uma Investigação-Ação.

Escolhemos autores de referência para tornar credível o tema pesquisado, fundamentando assim, o Estado da Arte. São eles, entre outros, Alexander (1924), Dalcroze (1921), Delsarte (1991), Partsch-Bergsonh (1994), Mommensohn e Petrella

(2006), Mateus (2009). Todos eles salientam a importância que se deve atribuir ao gesto e à expressão no ato de cantar auxiliando o aluno na sua aprendizagem, portanto, ao longo de todas as etapas metodológicas que decidimos seguir, nesta pesquisa agora realizada.

Voltemos, então, à questão central da pesquisa:

- De que forma poderá o gesto corporal auxiliar na emissão e desenvolvimento vocal, principalmente no Canto Erudito?

Por todo o trabalho que foi realizado, desde a implementação de um Programa denominado *O Movimento Corporal como Elemento Dinamizador do Desenvolvimento Vocal no Processo da Aprendizagem e do Estudo do Canto Erudito*, até à avaliação do mesmo junto de três alunas do Curso Básico de Canto, podemos confirmar que foi possível melhorar a emissão vocal e a expressividade na prática do Canto, através da aplicação de exercícios de movimento corporal, mediante a interiorização, a consciencialização e o autodomínio necessários para a sua consolidação.

Para melhor avaliarmos e interpretarmos os resultados obtidos passemos à exposição de comentários e transcrição dos questionários realizados quer às alunas quer às professoras envolvidas no Mestrado, e que participaram e colaboraram ao longo do Relatório de Estágio, uma vez que não houve recolha de dados através de material de áudio visual.

Por parte das alunas:

- Sujeito (S) A: Cátia

“Eu achei que as minhas aulas com a professora Vera, me ajudaram muito a compreender como apoiar a voz. Gostei muito das minhas aulas com a professora, apesar de ter uma boa professora, consegui ter conforto, o que me ajudou a confiar na minha voz e a melhorar cada vez mais. É uma ótima professora. Ainda hoje, os exercícios me ajudam a melhorar cada vez mais”.

Segue-se a transcrição do questionário:

Transcrição do Questionário

1- Após efetuar nas aulas exercícios de relaxamento e movimento corporal, descreva pelo menos três desses exercícios.

Cátia: *Rodar o pescoço lentamente, rodar os ombros, movimento de fletir os joelhos (cima e baixo)*

2- Ao trabalhar a técnica vocal durante as músicas estudadas, quais os exercícios da metodologia Laban, indicados pela professora, que executaste e que te auxiliaram? Que mudança a nível vocal e corporal sentiste?

Cátia: *A professora indicou-me que sentisse uma “batata quente” dentro da boca para diminuir o ar e colocar a voz na máscara. Esse exercício ajudou-me a diminuir o ar na minha voz, a colocar a voz na máscara e a conseguir apoiar a voz com o diafragma. Também fizemos um exercício da “bola saltitona” para conseguir apoiar a voz no diafragma e colocar ao mesmo tempo na máscara, para a peça inglesa “Johnny Boy”.*

Ajudou-me bastante a compreender e a executar várias formas de colocar a voz na máscara e a fazer o apoio diafragmático.

3- Na tua opinião, o trabalho proposto pela professora foi adequado e auxiliou-te a ultrapassar as tensões corporais.

Cátia: *Sim*

4- Depois de realizares os exercícios de movimento pedidos, sentiste melhorias?

Cátia: *-Sim*

5- Numa escala de 1 a 5, como classificas os exercícios de movimento trabalhados nas aulas? (Assinala com um X a tua resposta)

- 1 (não satisfaz)

- 2 (satisfaz pouco)
- 3 (satisfaz)
- 4 (bom)
- 5 (muito bom) *X*

- Sujeito (S) B: Ana Sofia

“Eu acho que as aulas desta professora foram muito úteis e divertidas. O exercício que mais gostei foi o de dançar pela sala com a professora”.

Transcrição do Questionário

1- Após efetuar nas aulas exercícios de relaxamento e movimento corporal, descreva pelo menos três desses exercícios.

Ana Sofia: *Rodar o pescoço, relaxar os joelhos e rodar os ombros.*

2- Ao trabalhar a técnica vocal durante as músicas estudadas, quais os exercícios da metodologia Laban, indicados pela professora, que executaste e que te auxiliaram? Que mudança a nível vocal e corporal sentiste?

Ana Sofia: *Dançar pela sala para relaxar o corpo e o exercício da “bola saltitona”. Com a peça “Manca sollecitá” a professora fez um exercício muito útil que se chamava o elástico com o qual eu senti mais apoio.*

3- Na tua opinião, o trabalho proposto pela professora foi adequado e auxiliou-te a ultrapassar as tensões corporais?

Ana Sofia:*Sim*

4- Depois de realizares os exercícios de movimento pedidos, sentiste melhorias?

Ana Sofia: *Sim, muitas.*

5- Numa escala de 1 a 5, como classificas os exercícios de movimento trabalhados nas aulas? (Assinala com um X a tua resposta)

- 1 (não satisfaz)
- 2 (satisfaz pouco)
- 3 (satisfaz)
- 4 (bom)
- 5 (muito bom) **X**

- Sujeito (S) C Margarida

“Eu achei as aulas interessantes, foram muito diferentes, porque a professora Vera mandava-me andar pela sala para me descontraírem. Senti que evolui muito. Os exercícios de movimento serão úteis para o meu futuro”.

Transcrição do Questionário

1- Após efetuar nas aulas exercícios de relaxamento e movimento corporal, descreva pelo menos três desses exercícios.

Margarida: *Rodar o pescoço, baixar os joelhos e rodar os ombros*

2- Ao trabalhar a técnica vocal durante as músicas estudadas, quais os exercícios da metodologia Laban, indicados pela professora, que executaste e que te auxiliaram? Que mudança a nível vocal e corporal sentiste?

Margarida: *O exercício de abertura dos braços na lateral, fletindo as pernas para chegar às notas agudas e o exercício da “bola saltitona” para atacar a nota corretamente na região aguda. O primeiro exercício ajudou-me a fazer o apoio e o segundo facilitou o ataque das notas agudas. Com a peça inglesa “The Zoo Song” a professora pediu-me a dançar. Eu não gostava de dançar e com esse exercício entendi que tinha de estar mais liberta de tensões para fazer uma boa prestação.*

3- Na tua opinião, o trabalho proposto pela professora foi adequado e auxiliou-te a ultrapassar as tensões corporais.

Margarida: *Sim*

4- Depois de realizares os exercícios de movimento, sentiste melhorias?

Margarida: *Sim*

5- Numa escala de 1 a 5, como classificas os exercícios de movimento trabalhados nas aulas? (Assinala com um X a tua resposta)

- 1 (não satisfaz)

- 2 (satisfaz pouco)
- 3 (satisfaz)
- 4 (bom)
- 5 (muito bom) *X*

Por parte da Investigadora do Programa:

- Acerca do Sujeito (S) A: Cátia

“Em relação a esta aluna, posso afirmar que apesar das suas dificuldades vocais, principalmente a nível do ar da voz, foi a aluna que mais consciencializou os exercícios pedidos na aula.

Embora no início se tenha mostrado reservada, ao longo das sessões foi se libertando e após experimentar as atividades pedidas foi sempre executando nas sessões seguintes os objetivos propostos.

Em contexto de provas de audição, notei progresso e intenção de concretizar o que tinha aprendido nas sessões”.

A aluna, no início do ano letivo, começou um pouco apreensiva e era uma criança pouco comunicativa, o que é compreensível num primeiro contacto, mas mostrava-se sempre muito concentrada, com vontade de fazer melhor.

A Cátia teve sempre consciência, ao longo das aulas por mim ministradas, do seu problema de excesso de ar na voz e, muitas vezes, sabia identificar quando a voz não estava colocada no sítio correto.

No fim do primeiro período, obtive uma nota positiva, tendo cumprido os objetivos propostos, faltando apenas uma boa consciencialização do apoio diafragmático aliado ao levantamento do palato.

No segundo período, a aluna já demonstrou um grande à vontade, estando mais comunicativa e levantando questões quando não percebia o que lhe era pedido.

Quando coloquei os exercícios de movimento nas aulas, a aluna embora estranhasse, acabou por achar divertido e concretizou-os com alegria e empenho, ainda mais por se tratar de uma novidade para ela.

No fim do período, tanto na audição como na avaliação, a Cátia mostrou evolução e empenho, mantendo a nota positiva.

No terceiro período, o ar na voz já tinha desaparecido, por isso o foco agora era o apoio diafragmático e continuar a trabalhar na interpretação. A aluna evoluiu muito no que diz respeito à interação na sala de aula, acabando por ter a iniciativa de praticar alguns dos exercícios das aulas para a auxiliar na concretização de uma boa prestação.

No que diz respeito à metodologia utilizada, a Cátia assimilou todos os exercícios, sendo visível a utilização de movimento, principalmente com a peça “Pão caseiro” e com o Vaccai “Manca sollecitá” A Cátia teve uma postura bastante satisfatória perante a minha prática educativa, pois pude comprovar um bom desenvolvimento cognitivo, social e musical da aluna.

Acerca do Sujeito (S) B: Ana Sofia

“Ao falar desta aluna, relembro todos os momentos em que me senti impotente perante as suas dificuldades.

Nas primeiras sessões foi difícil chegar até á Ana Sofia.

Caracterizava-se pelas suas tensões a nível corporal, mas sobretudo por ser uma aluna que se desconcentrava com bastante facilidade.

Durante o primeiro período foi extremamente difícil desfazer a tensão da aluna que levava à colocação da voz na garganta.

No segundo período, detetamos com a chamada de atenção da encarregada de educação da aluna, que o processo de transformação hormonal afetava consideravelmente a emissão vocal da Ana Sofia. Neste Período, a aluna empenhou-se e sempre que concretizava positivamente uma atividade, e era elogiada por isso, acabava por melhorar o seu desempenho”.

A aluna, no início do ano letivo, tinha muitos problemas vocais, ou seja, não tinha a voz colocada na máscara, sempre na garganta o que lhe dificultava a execução dos

exercícios de técnica vocal trabalhada nas aulas. Para além disso, a Ana Sofia demonstrava falta de concentração e de assimilação ao que lhe era pedido.

No primeiro período, a Ana Sofia trabalhou os seus Vaccai numa tonalidade abaixo da tonalidade original para poder tirar todas as tensões do queixo e pescoço. Ao longo do mesmo período, fui ajudando a aluna a trabalhar a concentração assim como a corrigir a postura perante as aulas. Assim, a Ana Sofia foi melhorando o seu comportamento e empenho durante as aulas obtendo classificação positiva.

No segundo período, tive uma Ana Sofia mais motivada e empenhada, mostrando-se concentrada e pronta para cumprir os objetivos das aulas.

Ao iniciar nas aulas exercícios inspirados na metodologia de Laban, a aluna embora achasse algo estranho, pois era novidade, cumpriu todos os exercícios de forma responsável.

Embora no início fosse algo confuso para a aluna, a mesma assimilou todo o processo de movimento, que se tornou mais perceptível, com a peça inglesa “I wish I had a Penny” e com a peça portuguesa “Miragem”.

No terceiro período, a Ana Sofia já tinha melhorado a sua colocação vocal e começava a ter uma boa consciencialização do apoio diafragmático. E embora, por vezes, nas aulas se descuidasse na questão da interpretação, a aluna nas provas de avaliação e audições acabava por cumprir e demonstrar os conteúdos trabalhados nas aulas.

A Ana Sofia foi uma aluna que inicialmente me causou preocupação pela sua falta de concentração e motivação, ficando eu, muitas vezes, com a sensação de que esses contratempos fossem culpa minha, que não estava a transmitir corretamente os meus conhecimentos.

Ao longo do ano letivo, a aluna foi-se aplicando e focando-se nos objetivos das aulas cumprindo positivamente os mesmos.

Acerca do Sujeito (S) C: Margarida

“Com esta aluna todo o ato de cantar parecia natural.

Tinha uma boa percepção e interiorização do processo respiratório, assim como do apoio diafragmático.

Extremamente empenhada, sempre concretizou os seus objetivos de forma positiva.

Ao nível das atividades de movimento implementadas nas aulas, mostrou-se inicialmente retraída, mas no fim do ano letivo já encarava os exercícios pedidos de forma mais descontraída”.

A aluna, sempre demonstrou uma boa consciencialização do apoio diafragmático e da técnica vocal, assimilando tudo o que lhe era pedido nas aulas, executando os exercícios pedidos com concentração.

Embora a aluna apresentasse alguma dificuldade nas palavras com a vogal “a”, no fim do primeiro período alcançou os seus objetivos de forma positiva, trabalhando e executando os quatro Vaccai com boa colocação da voz, boa respiração e empenho.

No segundo período, para além de insistir na correção das palavras com a vogal “a”, resolvi trabalhar com a Margarida a interpretação, de forma a ajudá-la a soltar-se um pouco mais para que transmitisse mais emoções ao cantar. Neste período, trabalhei com a Margarida algumas técnicas de movimento inspiradas na metodologia de Laban com a peça portuguesa “As cinco pedrinhas” para que a aluna fosse capaz de transmitir um conto infantil ao executar a peça.

No terceiro período, o mesmo trabalho foi desenvolvido com a peça inglesa “The zoo song”, com a qual fiz exercícios de dança com a aluna. A Margarida, embora com alguma timidez, interiorizou o que lhe era pedido. Com o enfoque na interpretação a Margarida melhorou os ataques das notas agudas.

A Margarida sempre foi uma aluna empenhada, concentrada e que executou tudo o que lhe era pedido. Mostrou sempre interesse e mostrou também que para além das aulas estudava e trabalhava tudo o que aprendia nas aulas. Embora sendo uma aluna tímida com os exercícios feitos em aula, a aluna conseguiu superar os seus receios transmitindo emoções. Passo agora à transcrição dos relatos e comentários das professoras envolvidas no Programa de Mestrado, para comprovar quer a avaliação de cada uma das alunas quer para comprovar que os resultados obtidos nesta investigação foram positivos.

Por parte da Professora Cooperante:

Comentário individual do Sujeito (S) A: Cátia

A Cátia é uma criança de 11 anos, tímida, pouco comunicativa, mas muito concentrada e responsável. Durante o tempo de habituação ao contacto com a estagiária Vera, a aluna demonstrou-se um pouco envergonhada, devido à sua personalidade. Mas a Vera conseguiu que a aluna ganhasse confiança logo nas primeiras aulas. Durante o ano letivo, a Cátia cumpriu os objetivos e os conteúdos que lhe foram propostos. Nos itens postura, controlo da respiração, executar exercícios de imitação para o desenvolvimento auditivo, assim como a articulação correta das línguas apresentadas nas peças (neste caso, português, italiano e inglês), a aluna demonstrou que adquiriu os conhecimentos. Na parte da emissão, colocação e projeção vocal correta, a aluna evoluiu o normal para a sua idade. A voz soprada que a aluna apresentou no início do ano melhorou consideravelmente. Na parte da interpretação, devido à sua timidez, foi sempre mais difícil ultrapassar os problemas. O cantar com movimento, introduzido pela Vera, ajudou-a a desinibir-se e a libertar-se melhorando a emissão vocal. A aluna obteve sempre nota positiva na avaliação contínua, nas provas trimestrais e na prova global.

Quadro nº 18: Avaliação comentada pela Professora Cooperante - Sujeito (S) A: Cátia

Comentário individual do Sujeito (S) B: Ana Sofia

A Ana Sofia, de 11 anos, é uma criança muito desconcentrada, muito insegura e tímida. A nível vocal, cantava tudo com a voz pousada na garganta com o queixo muito duro e o pescoço sempre hirtos. Mediante este quadro, a estagiária trabalhou exercícios de relaxamento e auditivos que ajudaram à descontração e à concentração. A aluna foi tendo consciência dos erros e foi percebendo como os corrigir. A confiança que a estagiária lhe dava e a forma como a elogiava durante as aulas, fez com que a Ana Sofia se sentisse mais à vontade e com mais confiança, melhorando consideravelmente até a parte da emissão vocal. No final do 1º período, a postura e a respiração estavam muito melhores e, conseqüentemente, a emissão vocal. Durante os outros dois períodos a aluna foi evoluindo positivamente e a inserção do movimento na prática do canto ajudou-a a desinibir-se, para uma melhor interpretação e emissão vocal. Com esta aluna, a estagiária teve de trabalhar mais intensivamente as línguas estrangeiras, como o italiano e o inglês, pois a aluna demonstrou dificuldades na pronúncia. Apesar de ser uma criança tensa, problema agravado nas provas e nas apresentações públicas, a aluna conseguiu atingir os objetivos traçados e não se inibiu. Teve também um aproveitamento positivo nas provas trimestrais, na prova global e nas apresentações públicas, cumprindo todos os conteúdos.

Quadro nº 19: Avaliação comentada pela Professora Cooperante - Sujeito (S) B Ana Sofia

Comentário individual do Sujeito (S) C: Margarida

A Margarida é uma aluna concentrada, ciente das suas responsabilidades, muito metódica e mostrando sempre muito interesse pelo seu instrumento. A todas correções que lhe eram feitas, a aluna procurava sempre corresponder e na aula seguinte notava-se que tinha estudado e assimilado o que lhe tinha sido pedido. Devido à sua própria maneira de falar, a aluna tinha dificuldades na vogal “a” que mesmo na fala estava demasiado “engolada”. Foi um dos problemas técnicos mais trabalhados pela estagiária. A Margarida, que tem facilidades em formação musical, faz as leituras das peças com muito mais rapidez, montando o programa muito mais rápido que os colegas e tendo, assim, trabalhado mais repertório. Sempre preocupada com a emissão vocal, a aluna esquecia-se da interpretação, um ponto que a estagiária também trabalhou com movimentos corporais. A aluna foi capaz de adotar uma postura correta, controlar a respiração e apresentar uma evolução na emissão vocal. A Margarida obteve sempre positiva na avaliação contínua, nas provas trimestrais, na prova global e nas apresentações públicas.

Quadro nº 20: Avaliação comentada pela Professora Cooperante - Sujeito (S) C: Margarida

Transcrição do questionário respondido pela Professora Cooperante

A. Como Professora de Canto diga se detetou evolução nas alunas submetidas á Investigação-ação acima referida, nas avaliações periódicas realizadas ao longo do ano 2016/2017.

Sim.

B. Se respondeu afirmativamente à questão anterior, compare, a partir dos quadros abaixo apresentado, a evolução de cada uma das alunas, tendo em consideração:

- os quatro momentos de avaliação realizados ao longo do ano letivo
- os parâmetros que constam na Grelha Oficial de Avaliação para o 2º Grau de Canto do Ensino Básico

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO ALUNO							
Parâmetros de avaliação	Alunas	Nada	pouco	suf.	Bom	muito bom	
Postura	Cátia Ana Sofia Margarida			X	X X		1ª Avaliação
Respiração	Cátia Ana Sofia Margarida			X	X X		
Emissão Vocal	Cátia Ana Sofia Margarida			X X	X		
Tensões Musculares	Cátia Ana Sofia Margarida			X X	X		
Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida			X X X			
Postura	Cátia Ana Sofia Margarida				X X X		2ª Avaliação
Respiração	Cátia Ana Sofia Margarida				X X	X	
Emissão Vocal	Cátia Ana Sofia Margarida				X X	X	
Tensões Musculares	Cátia Ana Sofia Margarida				X X	X	
Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida			X	X X		
Postura	Cátia Ana Sofia Margarida				X X X		3ª Avaliação
Respiração	Cátia Ana Sofia Margarida				X X	X	
Emissão Vocal	Cátia Ana Sofia Margarida				X X	X	
Tensões Musculares	Cátia Ana Sofia Margarida				X X	X	
Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida				X	X X	

Postura Respiração Emissão Vocal Tensões Musculares Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida				X X	X	4 ^a Avaliação
	Cátia Ana Sofia Margarida					X X X	
	Cátia Ana Sofia Margarida				X X	X	
	Cátia Ana Sofia Margarida				X X	X	
	Cátia Ana Sofia Margarida					X X X	

Quadro nº 21: Avaliação periódica pela Professora Cooperante relativamente aos parâmetros de Avaliação

C. Em relação às alunas em questão, e considerando a sua avaliação, poder-se-ia concluir ter sido útil a implementação deste Projeto de Investigação-ação?

“Sim. O Início do estudo do canto desde o 1º grau, implica que os professores tenham um maior conhecimento das práticas que podem implementar nas aprendizagens dos alunos em tão tenra idade. E o movimento corporal é uma das metodologias de maior importância para que estas crianças se sintam livres para improvisar e interpretar as suas peças”.

D. Acha que se pode concluir que a partir da implementação deste Projeto de Investigação-Ação que houve mais motivação e envolvimento por parte das alunas na aprendizagem dos conteúdos implícitos na Grelha de Avaliação?

“Sim, as alunas evidenciaram uma progressão muito positiva em relação a todos os conteúdos.”

E. Concorda que esta Metodologia poderia ser no futuro um elemento presente no ensino do Canto, ajudando á motivação e desenvolvimento expressivo dos alunos?

“Concordo plenamente, visto que eu própria uso essa metodologia nas aulas dos alunos que eu acho ser pertinente”.

Por parte da Professora Especialista:

Comentário acerca das três alunas
<p><u>Na 1ª Avaliação</u> constatei que a Postura Corporal das três alunas que estavam submetidas à avaliação começava a ganhar forma. Portanto considero que a pontuação é: Bom.</p> <p>Quanto à Respiração ainda se encontravam as três num período de adaptação. Estamos a falar de alunas de dez e onze anos, idades difíceis de compreender repentinamente a respiração do canto. Por isso considero que a pontuação é: Suficiente.</p> <p>As Tensões Corporais ainda estavam presentes se bem que a postura já começava a ganhar forma. Por isso a pontuação é: Suficiente.</p> <p>Quanto à Expressividade com estas idades e com estas dificuldades ainda patentes, a expressividade era pouquinha. Por isso a pontuação é: Pouco.</p> <p><u>Na 2ª Avaliação</u> reconheci que as alunas estavam mais confiantes e por isso as pontuações são: Postura Corporal: Bom; Respiração: Bom; Emissão Vocal: Bom; Tensões Musculares: Suficiente; Expressividade: Suficiente</p> <p><u>Na 3ª Avaliação</u> a Postura Corporal é: Bom; Respiração é: Bom; a Emissão Vocal é: Bom; as Tensões Musculares é: Bom e a Expressividade é: Bom</p> <p><u>Na 4ª Avaliação</u> que foi realizada durante uma Audição, as alunas estiveram muito bem em público e para grande surpresa minha, foram as que cantaram melhor na Audição. Esta audição foi feita em conjunto com as alunas das outras Mestrandas. Considero, portanto, que a pontuação em Postura Corporal é: Muito Bom; Respiração e Emissão Vocal é: Bom; Tensões Musculares é: Muito Bom e em Expressividade é: Bom</p>

Quadro nº 22: Avaliação comentada pela Professora Especialista - Sujeitos A B C

Transcrição do questionário respondido pela Professora Especialista

A Como Professora de Canto diga se detetou evolução nas alunas submetidas á Investigação-ação acima referida, nas avaliações periódicas realizadas ao longo do ano 2016/2017.

“A evolução que as alunas realizaram durante o ano foi gradual às suas idades e conhecimentos gerais. Naturalmente que fizeram progressos e começam a perceber que para cantar é necessário saber respirar, encontrar os ressoadores faciais e começam a ter um cheirinho da passagem para o agudo, (que é uma das coisas difíceis de

conseguir no canto). Por isso o programa escolhido deve ser cuidadosamente pensado e apresentar graduais dificuldades. A criança tem que se aperceber da realização da passagem à região da cabeça, porque sem essa percepção não evolui.

O mesmo se passa com os adultos”.

B. Se respondeu afirmativamente á questão anterior, compare, a partir do quadro abaixo apresentado, a evolução de cada uma das alunas, tendo em consideração:

- os quatro momentos de avaliação realizados ao longo do ano letivo
- os parâmetros que constam na Grelha Oficial de Avaliação para o 2º Grau de Canto do Ensino Básico

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO ALUNO							
Parâmetros de avaliação	Alunas	nada	pouco	suf.	bom	muito bom	
Postura	Cátia Ana Sofia Margarida				X		1ª Avaliação
Respiração	Cátia Ana Sofia Margarida			X			
Emissão Vocal	Cátia Ana Sofia Margarida			X			
Tensões Musculares	Cátia Ana Sofia Margarida			X			
Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida		X				
Postura	Cátia Ana Sofia Margarida				X		2ª Avaliação
Respiração	Cátia Ana Sofia Margarida				X		
Emissão Vocal	Cátia Ana Sofia Margarida				X		
Tensões Musculares	Cátia Ana Sofia Margarida			X			
Expressividade	Cátia			X			

	Ana Sofia Margarida						
Postura	Cátia Ana Sofia Margarida				X		3ª Avaliação
Respiração	Cátia Ana Sofia Margarida				X		
Emissão Vocal	Cátia Ana Sofia Margarida				X		
Tensões Musculares	Cátia Ana Sofia Margarida				X		
Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida				X		
Postura	Cátia Ana Sofia Margarida					X	4ª Avaliação
Respiração	Cátia Ana Sofia Margarida				X		
Emissão Vocal	Cátia Ana Sofia Margarida				X		
Tensões Musculares	Cátia Ana Sofia Margarida					X	
Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida				X		

Quadro nº 23: Avaliação periódica pela Professora Especialista relativamente aos parâmetros de Avaliação

C. Em relação às alunas em questão, e considerando a sua avaliação, poder-se-ia concluir ter sido útil a implementação deste Projeto de Investigação-ação?

“Sim, considero ter sido útil a implantação deste Projeto Investigação-Ação. Notou-se, além de uma boa evolução nas crianças na forma de cantar, um gosto enorme de conseguir cantar o que a professora lhes dava como repertório, fazendo por realizar os ensinamentos que lhes tinha sido facultado. Depois o movimento corporal deu-lhes flexibilidade e libertação”.

D. Acha que se pode concluir que a partir da implementação deste Projeto de Investigação-Ação que houve mais motivação e envolvimento por parte das alunas na aprendizagem dos conteúdos implícitos na Grelha de Avaliação?

“Claro que estamos a falar de crianças de uma idade etária entre os dez e onze anos, crianças que estão numa mudança de voz e que não tinham conhecimento algum de música, por isso o pouco que se conseguiu foi quase um milagre. Toda a criança gosta de representar, movimentar-se dançando ou correndo. Por isso esta Metodologia foi para elas uma libertação”.

E. Concorda que esta Metodologia poderia ser no futuro um elemento presente no ensino do Canto, ajudando á motivação e desenvolvimento expressivo dos alunos?

“Sem dúvida. Todo o intérprete músico, quer seja cantor ou instrumentista, deve possuir maleabilidade corporal, flexibilidade dos músculos, para que todo o seu ser consiga transmitir o que ele quer interpretar. Então o Cantor ainda deve ter mais “souplesse” para que a respiração flua com facilidade. Por isso considero que esta Metodologia deve ser integrada no ensino do Canto”.

Por parte da Professora júri das avaliações periódicas:

Comentário individual do Sujeito (S) A: Cátia
<p><i>A Cátia é uma aluna de 11 anos bastante tímida e com nível de comunicação com os professores muito baixo.</i></p> <p><i>Mostrou-se um pouco intimidada no início das aulas com a Professora Vera, mas foi superando essa timidez ao longo do ano letivo.</i></p> <p><i>É uma aluna responsável que cumpriu todos os objetivos e os conteúdos programáticos que lhe foram propostos.</i></p> <p><i>Nos itens de avaliação postura, exercícios de respiração, exercícios de repetição auditivos e articulação das línguas que apresentou nas peças, mostrou que tinha adquirido os conhecimentos necessários e controlava, sem dificuldade a técnica necessária para os realizar.</i></p> <p><i>A nível de emissão, colocação e projeção vocal, e visto que a aluna se encontra em mudança vocal, apresenta uma voz soprada que foi melhorando ao longo do ano, essencialmente pelos exercícios propostos pela professora Vera para conseguir ultrapassar um pouco essa limitação.</i></p> <p><i>A grande dificuldade desta aluna prende-se com o facto de ser muito tímida, e, por isso, a interpretação das peças nunca era realizada com sucesso.</i></p> <p><i>O facto da Professora Vera ter introduzido o movimento associado ao canto, ajudou</i></p>

esta aluna, ao longo do ano, a conseguir ficar mais relaxada, e, por isso ter obtido melhorias significativas na interpretação das peças no final do ano. As provas trimestrais das quais fiz parte do júri tiveram sempre avaliação positiva, dando ênfase ao grande progresso notado na 3ª avaliação.

Quadro nº 24: Avaliação comentada pela professora júri das avaliações periódicas- Sujeito (S) A: Cátia

Comentário individual do Sujeito (S) B: Ana Sofia

A Ana Sofia é uma aluna de 11 anos extremamente desconcentrada e muito tímida. Na primeira avaliação verifiquei que a aluna cantava com a voz pousada na garganta e estava com o pescoço extremamente tenso. Visto que era muito tímida, o seu nível de expressividade era também muito baixo e apresentava grandes dificuldades na articulação das diferentes línguas que tinha de cantar.

A Professora Vera teve de incidir o seu trabalho nos exercícios de relaxamento, bem como na pronúncia das diferentes línguas que a aluna tinha de apresentar.

O movimento inserido nas aulas pela Professora fez com que a aluna se fosse desinibindo, conseguindo ultrapassar não só alguns dos problemas interpretativos, como também problemas de postura e relaxamento.

A aluna teve sempre avaliações positivas, mostrando maior motivação e interesse à medida que o ano letivo ia progredindo, tendo superado todos os objetivos que lhe foram propostos. O facto da Professora Vera lhe dar, mesmo durante as provas trimestrais, reforço positivo da sua prestação, fez com que a aluna evoluísse muito durante o ano letivo.

Quadro nº 25: Avaliação comentada pela professora júri das avaliações periódicas- Sujeito (S) B: Ana Sofia

Comentário individual do Sujeito (S) C: Margarida

A Margarida é uma aluna extremamente concentrada, muito focada no estudo e nas correções que lhe são pedidas, além de ser muito comunicativa. A aluna mostrava alguma dificuldade na emissão da vogal “a”, sendo este um dos pontos mais trabalhados pela estagiária. Na primeira avaliação mostrou-se demasiado preocupada com a técnica vocal esquecendo a parte interpretativa das peças.

Este ponto sofreu grandes melhorias ao longo do ano, culminando com uma avaliação no 3º Período extraordinária. Isto deveu-se ao trabalho da estagiária, ao introduzir o movimento nas suas aulas de canto, pois fez com que esta aluna não se focasse tanto na técnica que já tinha interiorizado, mas sim na interpretação e na mensagem que deveria passar ao público. É uma aluna com muitas facilidades, e como tal, apresentou mais repertório e de dificuldade superior.

O trabalho da estagiária com esta aluna foi muito produtivo e apresentou grandes resultados no final do ano letivo.

Quadro nº 26: Avaliação comentada pela professora júri das avaliações periódicas - Sujeito (S) C: Margarida

Transcrição do questionário respondido pela Professora júri das avaliações
periódicas

A. Como Professora de Canto diga se detetou evolução nas alunas submetidas á Investigação-ação acima referida, nas avaliações periódicas realizadas ao longo do ano 2016/2017.

“As alunas submetidas a esta Investigação-Ação revelaram uma evolução significativa nos vários parâmetros a serem avaliados durante as aulas e provas trimestrais, tais como, a emissão vocal, o controlo respiratório e a forma de interpretação das peças que apresentaram”.

B. Se respondeu afirmativamente á questão anterior, compare, a partir dos quadros abaixo apresentado, a evolução de cada uma das alunas, tendo em consideração:

- os quatro momentos de avaliação realizados ao longo do ano letivo
- os parâmetros que constam na Grelha Oficial de Avaliação para o 2º Grau de Canto do Ensino Básico

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO ALUNO						
Parâmetros de avaliação	Alunas	nada	pouco	suf.	bom	muito bom
Postura	Cátia			x		
	Ana Sofia		x			
	Margarida				x	
Respiração	Cátia			x		
	Ana Sofia			x		
	Margarida				x	
Emissão Vocal	Cátia		x			
	Ana Sofia		x			
	Margarida				x	
Tensões Musculares	Cátia		x			
	Ana Sofia	x				
	Margarida			x		
Expressividade	Cátia	X				
	Ana Sofia	X				
	Margarida		x			
1ª Avaliação						

Postura	Cátia			x	x		2ª Avaliação
	Ana Sofia					X	
	Margarida						
	Cátia				x		
	Ana Sofia				x	X	
Respiração	Margarida						3ª Avaliação
Emissão Vocal	Cátia			x			
	Ana Sofia			x			
	Margarida				x		
Tensões Musculares	Cátia		x				
	Ana Sofia		x				
Expressividade	Cátia			x			
	Ana Sofia		x				
Margarida	Cátia					X	3ª Avaliação
	Ana Sofia				x	x	
Respiração	Cátia					X	
	Ana Sofia				x	x	
	Margarida						
Emissão Vocal	Cátia				x		4ª Avaliação
	Ana Sofia				x	X	
	Margarida						
Tensões Musculares	Cátia			x	x		
	Ana Sofia			x		X	
Expressividade	Cátia				x		
	Ana Sofia					X	
Margarida	Cátia						4ª Avaliação
	Ana Sofia						
Respiração	Cátia						
	Ana Sofia						
	Margarida						
Emissão Vocal	Cátia						4ª Avaliação
	Ana Sofia						
	Margarida						
Tensões Musculares	Cátia						
	Ana Sofia						
Expressividade	Cátia						
	Ana Sofia						
	Margarida						

Quadro nº 27: Avaliação periódica pela Professora Júri relativamente aos parâmetros de Avaliação

C. Em relação às alunas em questão, e considerando a sua avaliação, poder-se-ia concluir ter sido útil a implementação deste Projeto de Investigação-Ação?

“Penso que este Projeto de Investigação-Ação foi extremamente útil para o desenvolvimento vocal, da postura e respiração bem como a nível interpretativo, principalmente porque as alunas apresentavam algumas dificuldades técnicas no início do ano letivo e sofriam de grande tensão muscular em regiões fulcrais para a boa projeção vocal. Ao longo do ano letivo, e com o cuidado da professora Vera Mesquita verificou-se que o nível técnico das alunas foi melhorado e interiorizado pelas mesmas, o que culminou com uma avaliação muito positiva no final do ano letivo”.

D. Acha que se pode concluir que a partir da implementação deste Projeto de Investigação-Ação que houve mais motivação e envolvimento por parte das alunas na aprendizagem dos conteúdos implícitos na Grelha de Avaliação?

“Houve, sem dúvida, um aumento da motivação por parte das alunas aquando da implementação deste projeto, principalmente porque elas próprias começaram a ter consciência das dificuldades que tinham e que, dia-a-dia as iam conseguindo ultrapassar. No caso das alunas Ana Sofia e Cátia ainda foi mais visível este processo motivacional pois eram alunas que estavam em vias de desistir do Canto, e, no final do ano, visto as barreiras ultrapassadas quiseram continuar os seus estudos neste instrumento. No caso da aluna Margarida, este Projeto fez com que a motivação dela aumentasse no sentido de aprimorar não só a sua técnica vocal, mas principalmente a interpretação das peças e a forma de como o deve realizar”.

F. Concorde que esta Metodologia poderia ser no futuro um elemento presente no ensino do Canto, ajudando á motivação e desenvolvimento expressivo dos alunos?

“Concordo que todos os alunos de canto após terem aprendido as bases da postura e respiração deveriam ter acesso a este tipo de metodologia nas suas aulas. Os professores deviam estar consciencializados de que a motivação dos alunos não parte só do princípio de cantarem peças e estilos musicais que gostem, mas sim partir do princípio que através do movimento corporal, a emissão vocal dos alunos sofrerá um grande desenvolvimento e que isso, automaticamente faz com que os alunos fiquem mais motivados e com vontade de evoluir cada vez mais. Com este tipo de metodologia, os alunos ficam também mais descontraídos e ao verem resultados positivos, toda a sua

parte emocional vai sofrer um estímulo positivo (quer ao nível de adquirir novas aprendizagens, como também de assimilar aprendizagens e mecanismos essenciais ao desenvolvimento do seu aparelho vocal”.

Quadro das avaliações do ano letivo

Nome	Avaliação Contínua	Prova trimestral	Média	Avaliação Contínua	Prova Trimestral	Média	Avaliação Contínua	Prova Global	Média
Cátia Silva	4	3	4	4	3	4	4	3	4
Ana Sofia	3	3	3	4	3	4	4	4	4
Margarida	4	4	4	5	5	5	5	4	5

Quadro nº 28: Avaliação do ano letivo dos Sujeitos (S)

Perante a *Análise de Dados* realizada e a *Interpretação dos Resultados* que daí surgiram, entendemos que o Programa realizado no âmbito do Estágio Supervisionado alcançou os seus objetivos positivamente e de uma forma satisfatória. As alunas manifestam, sem terem noção, os seus progressos através da motivação que lhes é dada durante as sessões, e isto reflete-se na forma como abordaram as dificuldades e o progresso a nível pessoal que a implementação de expressividade provocou em cada uma das alunas.

Depois de termos trabalhado toda a *Metodologia Empírica* e de termos verificado a ligação com todo o processo que engloba todo este *Relatório de Estágio Supervisionado*, passemos às *Conclusões Finais* deste trabalho de Investigação-Ação.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O Canto é o primeiro instrumento musical a ser experimentado, pois mesmo antes de nascermos entramos auditivamente e corporalmente em contacto com os sons externos vindos de fontes sonoras diferentes e que de alguma forma comunicam algo.

O canto é um veículo de comunicação e de expressividade, que aperfeiçoado e praticado transmite uma mensagem ao público. Os nossos sons corporais expressam sentimentos, sensações e pensamentos, e por isso o canto é a extensão dessa necessidade de expressividade humana.

O corpo encontra um canal de comunicação com a música podendo esta tocar a alma e despertar o desejo de movimentos corpóreos, ou seja, a música ao ser ouvida e expressada corporalmente revela aspetos escondidos e inconscientes que nem sempre o ouvido ou o nosso cérebro podem assimilar ou reconhecer totalmente. A música torna-se mais rica e expressiva porque o nosso corpo vive, vibra, capta, sente e expressa-se como o principal instrumento desta orquestra que é o nosso corpo.

Encontrei na aplicação de movimento e no equilíbrio entre a Emissão Vocal e Expressividade, o fundamento e o princípio para uma boa prestação em palco, isto porque, no início dos meus estudos de Canto Erudito acompanhava-me a falta de confiança e as múltiplas tensões que me prejudicavam em público.

Como Orientadora do Programa aplicado ao longo desta pesquisa, posso dizer que foi sem sombra de dúvida um grande desafio não só a nível profissional como a nível pessoal, pois no começo deste Programa surgiram-me muitas dúvidas, uma vez que não sentia da parte das alunas resposta aos exercícios da metodologia utilizada.

A escolha da metodologia de Laban como metodologia auxiliar aplicada na prática pedagógica realizada ao longo deste Programa é justificada por este pedagogo fundamentar a relação do corpo/espço envolvente e o conceito de esforço através dos exercícios das oito ações básicas de esforço, assim como a utilização de técnicas e exercícios destinados a desenvolver a consciência do movimento corporal orgânico, estimulando ao indivíduo a percepção do tempo e peso.

Após o trabalho da Prática supervisionada, pretendo que no futuro, nas aulas que vier a lecionar, possa expor aos meus alunos que é possível partilhar experiências cognitivas e emocionais através do movimento, e que estes possam expressar gestualmente as partituras que trabalharem e possam permitir ao público reconhecer os parâmetros de expressão musical realizada através de movimentos corporais apresentados e da gestualidade vocal ou corporal realizada.

Limitações ao Estudo

Embora o resultado tenha sido consideravelmente satisfatório, considero que tanto a faixa etária da amostra como os problemas vocais que apresentavam foram os elementos mais limitadores desta Investigação-Ação.

No primeiro período foi-me difícil obter qualquer resposta por parte das alunas, isto porque foi preciso dedicar tempo para trabalhar a técnica vocal consoante os problemas vocais de cada uma.

Em relação à faixa etária, acredito que se fosse mais alta os resultados pudessem ter sido melhores pois nestas idades as crianças ainda são muito inibidas.

Reflexão sobre a Prática Educativa Supervisionada

O estágio para mim foi bastante importante pois contribuiu para o meu desenvolvimento enquanto professora. Foi um processo de aprendizagem que acabou por me desafiar em vários aspetos. Enquanto lecionava tive a supervisão da professora Cooperante - Professora Elsa Teixeira - que foi fundamental neste caminho de mestrandia, pois com os seus conselhos e correções, fez-me descortinar todos os receios que por vezes existem quando estamos a iniciar a nossa carreira profissional de docente.

Quem leciona sabe o quanto, às vezes, é difícil conseguir transmitir o que sabemos aos alunos, e ensinar Canto tem o dobro da dificuldade por ser algo que se explica através de imagens abstratas. Para que fosse mais específica e objetiva em informar as alunas a quem dei aulas de estágio, as aulas assistidas foram sem dúvida uma grande ajuda. O facto de essas aulas serem dadas e supervisionadas pela minha professora orientadora científica - Professora Especialista Fernanda Correia - motivaram-me bastante, pois

através da sua longa experiência na área e como professora de canto, sempre me auxiliou no meu desenvolvimento profissional quer como cantora quer como professora.

Através das aulas assistidas, foi mais fácil consciencializar-me que o movimento e o gesto vocal são grandes complementos na performance do cantor.

Nas aulas de estágio, sempre mantive a minha postura espontânea, criando assim um bom ambiente na sala de aula, para que as alunas sentissem que poderiam confiar em mim e numa forma divertida assimilarem o eu lhes pedia. Dada as idades das alunas com que trabalhei é necessário que as aulas não se tornem monótonas nem desmotivadoras, para isso, era preciso criar imagens durante os exercícios para que para elas fosse mais fácil perceberem o que lhes estávamos a pedir para realizar.

Quando saíam das suas zonas de conforto, eu sempre lhes fazia entender o quanto era importante, pelo menos, tentarem “dançar, caminhar, experimentar e interagir” umas com as outras ou até individualmente.

Apesar de serem alunas muito novas, sentiam-se preocupadas e com sentido de responsabilidade quando percebiam que a minha avaliação dependia um pouco do trabalho que elas executavam (por vezes era quando faziam melhor). Penso que, para além de uma professora, elas viram em mim alguém em quem confiar e partilhar histórias, sentindo assim que o meu objetivo de as motivar havia sido cumprido.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- ALEXANDER, M.F.** (1924). *Constructive Conscious Control of the Individual*. Methuen & Co., Ltd.
- ARGYRIS, C.** (1985). *Action Science: Concepts Methods and Skills for Research and Intervention*. Nova York.
- BARRETO, C. de B.** (1938). *Coro Orfeão*. Companhia Melhoramentos de São Paulo, Biblioteca de Educação, 5.
- COSTA, C.** (2003). *Quando tocar dói: análise ergonômica do trabalho de violistas de orquestra*. Dissertação de Mestrado. Universidade de Brasília, p.136.
- DALCROZE, E.J.** (1988). *Rythm, Music and Education*. Salem: Ayer Company Publishers, Inc., (1921), 8.
- FRANCO, M.A.S.** (2005b) *A Pedagogia da Pesquisa-Ação. Educação e Pesquisa*. Revista da Faculdade de Educação da USP. Vol.31, cap.3.p.483-502. Dezembro. São Paulo.
- FUX, M.** (1996). *Formação em dançaterapia*. São Paulo: Summus.
- GABRIELSSON, A.** (1999). *The Performance of Music in Deutsch. The Psychology of Music*. California: Academia Press, p.501-502
- GARDNER, H.** (1994). *Estruturas da Mente: A Teoria das Inteligências Múltiplas*. Porto Alegre: Artmed.
- GRUNDY, S.J.** (1982). *Three Modes of Action Research*. Curriculum Perspectives, Geelong, v.2, n.3, p.23-34.

GUSE, C.B. (2009). O Cantor-Ator; Um Estudo sobre atuação cênica do Cantor na ópera.

UNESP Dissertação de Mestrado: São Paulo.

KOLB, D. (1984). *Experiential Learning: experience as the source of learning and development*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.

LABAN, R. (1966). *Choreutics* (L.Ulmann, Ed). London, England: Macdonald e Evans.

LEWIN, K. (1946). *Action Research and Minority Problems*. Journal of Social Issues.V.2.

LOUPPE, L. (2000). *La Poétique de la Danse Contemporaine*.
Bruxelas: contredanse.

MATEUS, M. (2009). *Gestualidade e expressão musical: estudo experimental sobre a aplicação da teoria do movimento de Rudolf Laban na aprendizagem da regência e seus efeitos na performance e na expressividade musical* - Tese de Doutorado não publicada, Universidade de Aveiro.

MATOS, G. (2004). *Comunicação Sem Complicação: Como Simplificar a Prática da Comunicação nas Empresas*. Rio de Janeiro: Elsevier.

MOMMENSOHN, M. e PETRELLA, P. (2006). Reflexões sobre Laban, o mestre do movimento.

PARTSCH-BERGSOHN, I. (1994). *Modern Dance in Germany and The United States: crosscurrents and influences*. Chur, Suíça: Harwood Academia Publishers.

- PEDERIVA, P.L.M.** (2004) A Relação músico-corpo-instrumento. Procedimento Pedagógico. Revista da ABEM, Porto Alegre. V.11, p.91-98.
- PRESTON-DUNLOP, V.** (1979). *Moving with the Times*, Noverre Press.
- REVONS, R.W.** (1971). *Action Learning: new techniques for managers*. Londres: Blond & Briggs.
- RUYTER, N.** (1991). Lee Chalfa: *Delsarte, son système et les États Unis*. In: Theatre National de la Danse et de l'Image de Châteaurvallon (org). François Delsarte, 1811-1871: sources, pensée. Toulon: TNDI, p.33-37.
- SCHÖN, D.** (1983). *The Reflective Practitioner : how professionals think in action*. New York : Basic Books.
- SÉRGIO, M.** (1995). *Motricidade Humana : um paradigma emergente*. Blumenau Editora Da FURB.
- SEVERINO, A. J.** (1996). *Pesquisa, pós-graduação e Universidade*. Revista da Faculdade Salesiana, ano 24, n.34. São Paulo, p.60-68.
- SOUSA, M. R.** (2010) *Música, Educação Artística e Interculturalidade: A Alma da Arte na Descoberta do Outro*. 1ª Edição. Rio Tinto: Lugar da Palavra.
- SOUSA, M.R.** (2015). *Metodologias do Ensino da Música para Crianças*. 2ª Edição. Rio Tinto: Lugar da Palavra.
- TRIPP, D.** (2005). Pesquisa-ação: uma Introdução metodológica. Educação e Pesquisa, São Paulo, v.31, n.3 set/dez., p.443-466. Tradução de Lácio Lourenço de Oliveira.
- WALLON, H.** (1995). *A Evolução Psicológica da Criança*. Lisboa: Edições 70.

FONTES ELETRÔNICAS CONSULTADAS

(1) Conceito de Corpo e Performance

Disponível em:

<https://www.revistas.ufg.br/musica/article/view/19780/11428>

Acedido em: 2017-12-29

(2) Corpo em Movimento

Disponível em:

<http://www.anppom.com.br/revista/index.php/opus/article/view/54/255>

Acedido em: 2017-12-24

(3) Expressividade Musical no Canto

Disponível em:

http://repositorio.unicamp.br/bitstream/REPOSIP/326703/1/Marchi_AnaCarolinaBuzato_M.pdf

Acedido em: 2017-12-24

(4) Fundação Conservatório Regional de Gaia

Disponível em:

<http://www.conservatoriodegaia.org/>

Acedido em: 2017-07- 14

(5) François Delsarte

Disponível em:

<http://www.redalyc.org/pdf/4635/463545868007.pdf>

Acedido em: 2017-07-14

(6) Investigação-ação na Educação Musical

Disponível em:

<https://www.revistas.ufg.br/musica/article/view/11251/7395>

Acedido em: 2017-12-25

(7) Rudolf Von Laban

Disponível em:

https://books.google.pt/books?id=hAikDwAAQBAJ&pg=PT28&lpg=PT28&dq=LABAN+e+os+impulsos&source=bl&ots=bQ6DtnvnO2&sig=51D69sMPIK7Qzz41uEnqja9N3QM&hl=pt-PT&sa=X&ved=0ahUKEwi_gpnj_8rUAhUJChoKHUw6C4UQ6AEILjAC#v=onepage&q=LABAN%20e%20os%20impulsos&f=false

Acedido em: 2017-07-14

https://repositorio.unesp.br/bitstream/handle/11449/86878/trevisan_mca_me_ia.pdf?sequence=1

Acedido em: 2017-07-14

(8) Técnica Alexander

Disponível em:

<http://tecnicadealexander.com/tecnica.php>

Acedido em: 2017-03-05

<http://www.bibliotecadigital.ufmg.br>

Acedido em: 2017-05- 22

ANEXOS

ANEXO I

QUADRO DE PARÂMETROS DE AVALIAÇÃO DO ENSINO

BÁSICO DE CANTO

ANEXO I

QUADRO DE PARAÂMETROS DE AVALIAÇÃO DO ENSINO BÁSICO DE CANTO

TESTES TRISMETRAIS

GRAU	1ºTESTE	PONDERAÇÃO	2ºTESTE	PONDERAÇÃO	3ºTESTE	PONDERAÇÃO
2ºGRAU	Postura	5%	Postura	5%	Postura	5%
	Exercícios de Respiração	5%	Exercícios de Respiração	5%	Exercícios de Respiração	5%
	Exercícios de Repetição – Auditivos	5%	Exercícios de Repetição - Auditivos	5%	Exercícios de Repetição - Auditivos	5%
	Vocalizos com vogais ou vocábulos - Graus conjuntos - Arpejo de 5ª	25%	Vocalizos com vogais ou vocábulos - Graus conjuntos - Arpejo de 5ª	25%	Vocalizos com vogais ou vocábulos - Graus conjuntos - Arpejo de 5ª	25%
	Articulação correta utilizada nas peças escolhidas	10%	Articulação correta utilizada nas peças escolhidas	10%	Articulação correta utilizada nas peças escolhidas	10%
	Duas peças a solo	50%	Duas peças a solo	50%	Duas peças a solo	50%

No final de cada ano letivo, o aluno(a) deve ser capaz de:

- Adotar uma postura correta **(5%)**;
- Adquirir controlo do mecanismo respiratório **(5%)**;
- Executar exercícios vários para desenvolvimento auditivo **(5%)**;
- Emissão, colocação e projeção vocal correta **(25%)**;
- Articular corretamente as línguas apresentadas nas peças **(10%)**;

- Executar duas peças a solo do programa estabelecido: 4 estudos do Vaccaj, 2 melodias infantis portuguesas e 1 canção Inglesa (sec. XVI) (a ordem é escolhida pelo professor mediante o desenvolvimento do aluno) **(50%)**..

PROVA GLOBAL

GRAU	Prova	PONDERAÇÃO
2ª Grau	Vocalizos com vogais ou vocábulos - Graus conjuntos - Arpejo de 5ª	30 pontos
	2 Vaccaj	30 pontos +30 pontos
	2 Melodias Infantis	30 pontos +30 pontos
	1 Canção Inglesa	50 pontos

Total 200 pontos

Nesta Prova o aluno(a) deve ser capaz de:

- Adotar uma postura correta;
- Adquirir controlo do mecanismo respiratório;
- Emissão, colocação e projeção vocal correta;
- Articular corretamente as línguas apresentadas nas peças

ANEXO II

QUADRO DO PROGRAMA CURSO BÁSICO DE CANTO

ANEXO II

QUADRO DO PROGRAMA CURSO BÁSICO DE CANTO

Curso Básico			2º GRAU
Objetivos do Programa	Critérios de Avaliação		
O aluno deve:	Atitudes e valores	Método/Hábitos de estudo	Compreensão/Capacidade de realização musical
<ul style="list-style-type: none"> - Conhecer o aparelho fonador; - Adotar uma postura correta permitindo uma boa emissão vocal; - Adquirir controlo do mecanismo respiratório; - Fluência na leitura; - Desenvolver capacidade de leitura rítmica; - Desenvolver capacidade de memorização; - Ter uma boa coordenação psico-motora; - Conhecer diferentes estilos e formas musicais; - Compreender e aplicar os diferentes registos vocais (voz de peito, voz de cabeça) e das várias zonas de ressonância; - Desenvolver a qualidade tímbrica e realizar diferentes dinâmicas; - Ser capaz de diagnosticar e resolver problemas; - Agilidade e segurança na execução; - Ter prazer ao cantar; - Cumprir o programa estabelecido. 	<ul style="list-style-type: none"> - Assiduidade; - Pontualidade; - Comportamento; - Comparência nas aulas com o material necessário; - Atenção aos assuntos e tarefas propostas; - Disponibilidade para participar em audições; - Participação nas atividades escolares; - Postura ao cantar em público. 	<ul style="list-style-type: none"> - Regularidade no estudo; - Cumprimento das tarefas propostas; - Elaboração de um estudo organizado e racional; - Diagnóstico e resolução de problemas; - Autonomia no estudo diário. 	<ul style="list-style-type: none"> - Postura - Capacidade de leitura rítmica; - Capacidade de leitura melódica; - Sentido da pulsação; - Noção de fraseado; - Homogeneidade vocal; - Interpretação das dinâmicas; - Agilidade e segurança na execução; - Coordenação psico-motora; - Capacidade de concentração; - Capacidade de memorização; - Sentido de construção da obra; - Respeito pelo andamento próprio de cada obra; - Capacidade de abordar e explorar repertório novo; - Capacidade de se ouvir; - Capacidade de formulação e apreciação crítica; - Capacidade de diagnostica e resolver problemas; - Capacidade de compreensão de diferentes estilos e formas
Cotação	5%	15%	40%
	Provas de Avaliação		40%

ANEXO III

QUESTIONÁRIO REALIZADO ÀS ALUNAS SUBMETIDAS À
INVESTIGAÇÃO-AÇÃO

ANEXO III

QUESTIONÁRIO REALIZADO ÀS ALUNAS SUBMETIDAS À INVESTIGAÇÃO-AÇÃO

- 1- Após efetuar nas aulas exercícios de relaxamento e movimento corporal, descreva pelo menos três desses exercícios.
- 2- Ao trabalhar a técnica vocal durante as músicas estudadas, quais os exercícios da metodologia Laban indicados pela professora, que executaste e que te auxiliaram? Que mudança a nível vocal e corporal sentiste?
- 3- Na tua opinião, o trabalho proposto pela professora foi adequado e auxiliou-te a ultrapassar as tensões corporais.
- 4- Depois de realizares os exercícios de movimento pedidos, sentiste melhorias?
- 5- Numa escala de 1 a 5, como classificas os exercícios de movimento trabalhados nas aulas? (Assinala com um X a tua resposta)
 - 1 (não satisfaz)
 - 2 (satisfaz pouco)
 - 3 (satisfaz)
 - 4 (bom)
 - 5 (muito bom)

ANEXO IV

**QUESTIONÁRIO REALIZADO AO JÚRI DE AVALIAÇÃO DAS
ALUNAS SUBMETIDAS AO PROCESSO DE INVESTIGAÇÃO-
AÇÃO REALIZADA NO ÂMBITO DO TRABALHO DE ESTÁGIO-
*Movimento Corporal como Elemento Dinamizador do Desenvolvimento
Vocal no Processo de Aprendizagem e do Estudo do Canto Erudito***

ANEXO IV

QUESTIONÁRIO REALIZADO AO JÚRI DE AVALIAÇÃO DAS ALUNAS SUBMETIDAS AO PROCESSO DE INVESTIGAÇÃO-AÇÃO REALIZADA NO ÂMBITO DO TRABALHO DE ESTÁGIO - *Movimento Corporal como Elemento Dinamizador do Desenvolvimento Vocal no Processo de Aprendizagem e do Estudo do Canto Erudito*

A. Como Professora de Canto diga se detetou evolução nas alunas submetidas á Investigação-ação acima referida, nas avaliações periódicas realizadas ao longo do ano 2016/2017.

B. Se respondeu afirmativamente á questão anterior, compare, a partir dos quadros abaixo apresentados a evolução de cada uma das alunas, tendo em consideração:

- os quatro momentos de avaliação realizados ao longo do ano letivo
- os parâmetros que constam na Grelha Oficial de Avaliação para o 2º Grau de Canto do Ensino Básico

AVALIAÇÃO PERIÓDICA DO ALUNO							
Parâmetros de avaliação	Alunas	nada	Pouco	suf.	bom	muito bom	
Postura	Cátia Ana Sofia Margarida						1ª Avaliação
Respiração	Cátia Ana Sofia Margarida						
Emissão Vocal	Cátia Ana Sofia Margarida						
Tensões Musculares	Cátia Ana Sofia Margarida						
Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida						
Postura	Cátia Ana Sofia Margarida						2ª Avaliação
Respiração	Cátia Ana Sofia Margarida						
Emissão Vocal	Cátia Ana Sofia Margarida						
Tensões Musculares	Cátia Ana Sofia Margarida						
Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida						
Postura	Cátia Ana Sofia Margarida						3ª Avaliação
Respiração	Cátia Ana Sofia Margarida						
Emissão Vocal	Cátia Ana Sofia Margarida						
Tensões Musculares	Cátia Ana Sofia Margarida						
Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida						

Postura Respiração Emissão Vocal Tensões Musculares Expressividade	Cátia Ana Sofia Margarida						4 ^a Avaliação
	Cátia Ana Sofia Margarida						
	Cátia Ana Sofia Margarida						
	Cátia Ana Sofia Margarida						
	Cátia Ana Sofia Margarida						

- C. Em relação às alunas em questão, e considerando a sua avaliação, poder-se-ia concluir ter sido útil a implementação deste Projeto de Investigação-ação?
- D. Acha que se pode concluir que a partir da implementação deste Projeto de Investigação-Ação que houve mais motivação e envolvimento por parte das alunas na aprendizagem dos conteúdos implícitos na Grelha de Avaliação?
- E. Concorda que esta Metodologia poderia ser no futuro um elemento presente no ensino do Canto, ajudando á motivação e desenvolvimento expressivo dos alunos?

ANEXO V

DESCRIÇÃO DAS AULAS DADAS E ASSISTIDAS

ANEXO V

DESCRIÇÃO DAS AULAS DADAS E ASSISTIDAS

DESCRIÇÃO DAS AULAS DE CANTO DADAS

Nome do aluno: Cátia

Idade: 11 anos

Ano: 2º

Horário da aula: 6ª feira das 14h às 14h45

Data: 23 de Setembro de 2016

Aula nº1

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula começou com as noções de postura e respiração. Seguiram-se os exercícios de relaxamento corporal e vocalizos. Estes foram auxiliados com exercícios da terapia da fala e exercícios de imitação.

Uma vez que a aluna apresenta “ar na voz” foram feitos exercícios com a vogal “i”

Data: 30 de setembro de 2016

Aula nº2

DESCRIÇÃO DA AULA:

Depois dos exercícios de relaxamento e respiração já identificados, os exercícios de aquecimento vocal para a Cátia seguem a linha dos exercícios da terapia da fala, devido ao seu problema vocal:

- Com a boca, relaxada, cheia de ar, fazer zumbido em três notas;
- Com a consoante “R”, com a língua encostada aos dentes da frente, também com três notas;

- Vocalizos com a vogal “i” para a aluna colocar a voz na máscara e inicialmente um pouco no nariz para perder o ar na voz- “ri”; “miniminimi”- em arpejo

De seguida, trabalhou-se a dicção da língua italiana da peça Vaccaj “Semplicetta Tortorella...”. A aluna já conhecia a melodia, pois no ano anterior tinha trabalhado a mesma peça mas com a letra em português. Como foi a primeira aula após as férias, e o primeiro contacto comigo, a aula baseou-se somente em exercícios de reeducação vocal.

Data: 7 de outubro de 2016

Aula nº3

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios de relaxamento e respiração habituais, pedi à aluna que imaginasse estar a mastigar e a saborear algo bom; e de seguida, para treinar o ataque numa forma leve executamos um exercício novo- o de cheirar uma flor.

Os vocalizos foram destinados á colocação da voz na máscara com zumbido, as vogais “i”/ “o” em três notas; com cinco notas os vocábulos “ni” e “no”.

Pedi à Cátia para revermos a dicção o Vaccaj “Semplicetta Tortorella”, mas ao cantar foi visível que a aluna colocava muita tensão no queixo. Com a melodia, trabalhamos a voz com vogais para a mesma perder as tensões.

A vogal “i” ajuda à colocação da voz à frente e a vogal “o” permite encontrar o espaço vocal necessário para cantar.

No fim da aula, pedi à Cátia como trabalho de casa fazer alguns dos exercícios de relaxamento da aula e que começasse a estudar o “Lascia il lido”.

Data: 14 de outubro de 2016

Aula nº4

DESCRIÇÃO DA AULA:

Fizemos os exercícios de relaxamento e respiração e repetimos os exercícios de aquecimento vocal da aula anterior pois ainda notei alguma tensão no queixo da Cátia.

Iniciei o trabalho seguinte pedindo-lhe que executasse a melodia do “Semplicetta Tortorella” com o vocábulo “ia”. Isto porque, ao colocarmos a vogal “i” primeiro, irá ajudar a que a vogal “a”, metaforicamente falando, passe por cima da vogal “i”. Ao criar essa imagem na cabeça, a aluna conseguiu visualizar o arco necessário para o ar circular de modo a que o som da voz saísse mais próximo do pretendido.

A aluna cantou com a letra, mas no fim da aula ainda transmitia fragilidade a nível do apoio da respiração.

Data: 21 de outubro de 2016

Aula nº5

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aluna, nesta aula, vocalizou sentada na cadeira, com a postura correta, para sentir o apoio na zona pélvica. Os vocalizos foram feitos com a vogal “o” e com os vocábulos “miau” e “nio.”

Uma vez consolidada essa experiência, a aluna cantou o “Semplicetta Tortorella” onde foi visível a melhoria vocal, tanto quanto à tensão no pescoço como ao ar na voz.

Foi visto o texto e trabalhado a dicção do texto do Vaccaj seguinte “Lascia il lido.

Data: 28 de outubro de 2016

Aula nº6

DESCRIÇÃO DA AULA:

Para uma elevação da voz na máscara, fiz com a Cátia vocalizos com a vogal “i” e “a”.

A aluna voltou a executar o Vaccaj “Semplicetta Tortorella” mas desta vez, um melhor desempenho a nível de apoio diafragmático, pedi-lhe que conforme a linha melódica da peça, ou seja, quando fosse para uma nota mais aguda fletia as pernas para ajudar no apoio.

Como ainda assim vi a Cátia com alguma tensão, pedi-lhe, seguindo a metodologia de Rudolf Laban, uma vez que já tinha o texto da obra de cor, que caminhasse pela sala ao ritmo da música para se libertar de tensões. Assim, a aluna estava mais concentrada em

não se esquecer da letra e em estar em sintonia com o ritmo acabando por se libertar das tensões que a bloqueavam a nível do apoio diafragmático.

O mesmo foi realizado com a peça “Lascia il lido”.

Data: 4 de novembro de 2016

Aula nº7

DESCRIÇÃO DA AULA: Faltei por motivos de saúde.

Data: 11 de novembro de 2016

Aula nº8

DESCRIÇÃO DA AULA:

Neste dia, a primeira parte da aula foi dada pela professora Cooperante Elsa Teixeira.

Os vocalizos consistiram em zumbido e com o vocábulo “dubidubidu” para a aluna encontrar a posição labial correta para cantar. A Cátia por vezes não abria boca suficientemente para cantar, o que lhe provocava as tensões no queixo.

Uma vez que os exercícios feitos na aula anterior ajudaram a aluna a ultrapassar certos obstáculos, repeti com ela as técnicas da aula número 5 com o intuito de consolidar com a Cátia as sensações alcançadas para conseguir um apoio diafragmático estável.

Data: 18 de novembro de 2016

Aula nº9

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios habituais de relaxamento corporal e de respiração, os vocalizos mantiveram-se com as vogais “i” e “o”. De seguida, trabalhei com a Cátia as peças para a prova de avaliação do 1º período: “Semplicetta Tortorella” e “Lascia il lido”

Primeiro a aluna executou as peças com vocalizo para corrigir a posição da boca, e encontrar o espaço necessário para a voz passar sem ar, assim como aperfeiçoar a linha melódica; a seguir, como a aluna sabia as peças de cor, cantou-as a caminhar pela sala e depois, encostada à parede de forma a ficar bem apoiada, trabalhei com ela a

interpretação, em que lhe pedi que sorrisse para elevar as maçãs do rosto e consequentemente a voz perder-se o ar a que estávamos habituadas.

Fizemos uma primeira abordagem a outro Vaccaj “ Avezzo a vivere”.

Data: 25 de novembro de 2016

Aula nº10

DESCRIÇÃO DA AULA:

A primeira avaliação consistia na apresentação de 2 Vaccaj trabalhados ao longo do primeiro período. Assim, a Cátia executou “Semplicetta Tortorella” e “Lascia il lido”, embora tenha conseguido interpretar e ter feito o apoio adequadamente, ainda faltava o relaxamento do queixo. Conseguiu obter nota positiva.

Data: 2 de dezembro de 2016

Aula nº 11

DESCRIÇÃO DA AULA:

Nesta aula, a seguir aos exercícios de relaxamento, respiração e vocalizos habituais, a Cátia preparou a peça “ Semplicetta Tortorella” para a audição. Como forma de libertar as tensões ainda visíveis e aproveitando o facto de a Cátia praticar patinagem artística, propus á aluna cantar a peça enquanto dançava comigo, ao ritmo da música. Como era algo novo, inicialmente a Cátia não se sentia muito confortável, mas quando lhe expliquei que através do movimento automaticamente o cérebro abstraía-se das tensões e bloqueios, a aluna acabou por executar o exercício e acabou por achar algo divertido e entender que ao descontraí-la e movimentar-se iria facilitar o seu desempenho na performance.

Data: 9 de dezembro de 2016

Aula nº12

DESCRIÇÃO DA AULA:

Depois dos exercícios já identificados anteriormente de relaxamento corporal e de respiração, experimentei uns vocalizos novos com a aluna para corrigir a posição dos lábios enquanto cantava assim como para colocar a voz na “máscara”:

- Para articular a musculatura labial: MA-ME-MI-MO-MU; PA-PE-PI-PO-PU;
- Para articular a musculatura da língua: TA-TE-TI-TO-TU

Entretanto a Cátia reviu o “Avezzo a vivere” em que lhe pedi para colocar a mão nos lábios como se tratasse de um megafone de maneira a colocar as vogais todas de maneira igual; Iniciou o estudo da peça “Manca sollecita” em que trabalhou na aula a dicção da letra.

Data: 16 de dezembro de 2016

Aula nº13

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula iniciou-se com os exercícios de relaxamento e respiração e a seguir vocalizei a aluna com as vogais “i” e “a”.

Trabalhamos a leitura entoada e também com vocalizo a peça portuguesa “Pão caseiro”. Trabalho de leitura do texto para a interpretação.

No final da aula, falei com a aluna sobre o seu desempenho ao longo do primeiro período e incentivei-a para no segundo período exagerar nos gestos e interpretação.

Data: 23 de dezembro de 2016

Aula nº 14

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 30 de dezembro de 2016

Aula nº15

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 6 de janeiro de 2017

Aula nº16

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aluna, a seguir aos vocalizos, trabalhou a peça “Pão Caseiro”, em que trabalhou o texto com a melodia demonstrando ainda pouco apoio diafragmático. Por isso pedi à aluna para que, encostada à parede com as pernas fletidas, exercesse pressão sobre as mesmas.

Uma vez que a peça é de compasso ternário, trabalhamos a peça com movimentos de valsa em que salientávamos o movimento no primeiro tempo de cada compasso.

Data: 13 de janeiro de 2017

Aula nº 17

DESCRIÇÃO DA AULA:

Esta aula teve a supervisão da professora orientadora Científica, Professora Especialista Fernanda Correia.

A aula iniciou-se com os exercícios normais e habituais de relaxamento corporal e respiração e vocalizos realizados em aulas anteriores.

A Cátia, nesta aula, trabalhou a dicção da peça “Pão Caseiro” e com a mão em forma de megafone para colocar todas as vogais na mesma forma labial.

Para encontrar o espaço do levantamento do palato, pedi à aluna para imaginar que tinha uma batata quente na boca ou um ovo.

De seguida e como a peça induz-nos à rotina de uma padeira foi pedido à Cátia que interpretasse a peça como se estivesse a contar uma história, fazendo gestos e imitando o “ amassar do pão”.

Data: 20 de janeiro de 2017

Aula nº 18

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios habituais de relaxamento e de técnica vocal, a aluna trabalhou na aula a peça “Pão Caseiro” na qual foi importante insistir na interpretação. Como nas aulas da Cátia tínhamos sempre a assistência de outra aluna, Ana Sofia, propus à Cátia cantar a peça ao mesmo tempo que dançava com a colega.

Outro exercício foi colocá-la a cantar a peça para a colega como se estivesse a contar uma história.

A aluna ainda tinha no fim desta aula dificuldade em alcançar o espaço do palato suficiente para projetar a voz.

Data: 27 de janeiro de 2017

Aula nº19

DESCRIÇÃO DA AULA: Faltei por motivos de trabalho.

Data: 3 de fevereiro de 2017

Aula nº20

DESCRIÇÃO DA AULA:

Dada a ainda dificuldade da aluna em encontrar o apoio diafragmático, nesta aula, propus à aluna voltar a vocalizar sentada, para que a pressão colocada no apoio fosse mais perceptível. Depois de interiorizada sensação do apoio, a Cátia cantou a peça em que se notou melhorias a nível da dicção, mas ainda faltava mais interpretação e sentido rítmico.

Data: 10 de fevereiro de 2017

Aula nº21

DESCRIÇÃO DA AULA:

Iniciamos a aula com os exercícios habituais de relaxamento corporal e de respiração.

Para colocar a voz na “máscara” fizemos vocalizos com a vogal “i”; para encontrar o espaço do palato as vogais trabalhadas foram o “a” e “o”; e para trabalhar o relaxamento do queixo, formando as vogais, em espaço igual, exercícios sobre a mesma nota com todas as vogais.

A Cátia, nesta aula, trabalhou a peça portuguesa “Pão Caseiro” insistindo na interpretação e com ela utilizar gestos como o amassar do pão; o cheirar o pão;

Com a mesma peça trabalhamos o ritmo ternário utilizando os passos da valsa.

A aluna trabalhou também a peça Vaccaj “Manca sollecita” na qual analisamos a estrutura melódica e lhe pedi que enquanto cantasse fizesse o movimento de desenho de arco para ser mais fácil interiorizar o legato que a mesma peça pede.

Data: 17 de fevereiro de 2017

Aula nº22

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após a primeira parte da aula, resolvi ter uma conversa com a Cátia em que lhe expliquei, uma vez que ainda sentia a aluna muito retraída e tensa em relação á interpretação das suas peças, que o movimento seria nesta altura o maior aliado para ajudá-la a expressar melhor as suas peças

A aluna acabou por querer ultrapassar as suas dificuldades e trabalhamos só nesta aula movimentos que pudessem ser adequados às peças que estávamos a trabalhar.

No final da aula, a Cátia admitiu que de facto ajuda imenso e que acaba por se divertir mais enquanto canta comparativamente quando está mais preocupada ou concentrada em excesso.

Data: 24 de fevereiro de 2017

Aula nº 23

DESCRIÇÃO DA AULA:

Depois dos exercícios de relaxamento corporal, de respiração e vocalizos, trabalhei com a Cátia a leitura solfejada da peça inglesa “Johnny Boy”.

Data: 3 de março de 2017

Aula nº24

DESCRIÇÃO DA AULA:

Nesta aula, fizemos exercícios de vibração labial e vocalizos com as vogais “i” e “o”.

Como a Cátia ainda levou dificuldades na peça inglesa, trabalhamos a leitura entoada e a colocação do texto/dicção.

Data: 10 de março de 2017

Aula nº25

DESCRIÇÃO DA AULA:

Para trabalhar o apoio diafragmático na peça “Johnny Boy”, executámos exercícios e movimentos, nos compassos assinalados na partitura anexada no capítulo seguinte deste relatório, como se tivéssemos um elástico na mão e quando vamos para a nota aguda fletíamos os joelhos e puxávamos os elásticos na vertical.

Data: 17 de março de 2017

Aula nº26

DESCRIÇÃO DA AULA:

Como neste dia, as alunas do curso básico tinham que participar numa aula aberta de canto, dada pela professora Elsa Teixeira, preparei a Cátia com exercícios de relaxamento, respiração e vocalizos.

Preparei também a aluna para a prova de avaliação de segundo período com as peças “Manca sollecita” e “Pão Caseiro”.

Data: 24 de março de 2017

Aula nº27

DESCRIÇÃO DA AULA:

Prova de Avaliação- Iniciámos com exercícios de relaxamento corporal, respiração e vocalizos.

A Cátia executou as peças “Manca solecitta” e “Pão Caseiro”. Teve qualificação positiva.

Data: 31 de março de 2017

Aula nº 28

DESCRIÇÃO DA AULA: Faltei devido a trabalho.

Data: 7 de abril de 2017

Aula nº29

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 14 de abril de 2017

Aula nº30

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 21 de abril de 2017

Aula nº31

DESCRIÇÃO DA AULA:

Nesta aula, a aluna trabalhou a peça inglesa “Johnny Boy” encostada à parede para sentir todo o apoio necessário nas notas agudas.

A Cátia fez a peça com a vogal “u” para idealizar que a voz passa por um tubo para colocar na máscara.

Data: 28 de abril de 2017

Aula nº 32

DESCRIÇÃO DA AULA:

Depois do relaxamento corporal e de respiração, os vocalizos foram realizados juntamente com exercícios de movimento para a aluna ter consciência da sensação para o apoio diafragmático.

Trabalho com uma peça portuguesa nova “A Chula” - trabalho de texto e de interpretação: a aluna tinha que imaginar uma dança.

Data: 5 de maio de 2017

Aula nº 33

DESCRIÇÃO DA AULA:

A primeira parte da aula consistiu nos exercícios habituais de relaxamento, respiração e vocalizos.

A Cátia trabalhou a peça da aula anterior, mas desta vez focamo-nos no ritmo e interpretação. Toda a peça tem carácter de dança e a aluna tinha de expressar toda a alegria e acentuações que envolvem a peça.

Data: 12 de maio de 2017

Aula nº 34

DESCRIÇÃO DA AULA:

Preparação para a prova global-todos os Vaccaj e a peça “Pão Caseiro”

Data: 19 de maio de 2017

Aula nº 35

DESCRIÇÃO DA AULA:

A Cátia trabalhou na aula as peças “A Chula” e “Johnny Boy” fazendo interpretação e exercícios de movimento corporal para auxiliar a técnica vocal.

Data: 26 de maio de 2017

Aula nº 36

DESCRIÇÃO DA AULA:

Preparação para a prova global- co todas as peças trabalhadas ao longo do ano letivo fizemos trabalho de interpretação e movimentos/ gestos corporais para auxiliar e complementar a técnica vocal.

Nesta aula, a Cátia mostrou ter assimilado todo o trabalho de exercícios de movimento.

Data: 3 de junho de 2017

Aula nº 37

DESCRIÇÃO DA AULA:

Aula supervisionada/ Audição- Apesar de se ter mostrado reticente e com alguma timidez aos exercícios de interpretação e de gestualidade propostos ao longo das aulas, a Cátia nesta audição acabou por ter uma atitude positiva e, para além de estar concentrada no decorrer na mesma, utilizou alguns dos movimentos utilizados nas aulas para ajudar na interpretação das peças que executou.

Nome do aluno: Ana Sofia

Idade: 11 anos

Ano: 2º

Horário da aula: 6ªfeira das 14h45 às 15h30

Data: 23 de Setembro de 2016

Aula nº1

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula começou com as noções de postura e respiração. Seguiram-se os exercícios de relaxamento corporal e vocalizos.

Como a aluna tem a tendência a colocar a voz na garganta deixando o pescoço e o queixo tenso foram feitos vocalizos com as vogais “a” e “o” para a aluna relaxar o queixo.

Data: 30 de Setembro de 2016

Aula nº2

DESCRIÇÃO DA AULA:

Depois dos exercícios de relaxamento e respiração identificados anteriormente, os vocalizos consistiram em exercícios de bocejo e zumbido (boca fechada) para a aluna colocar a voz na máscara.

Foi trabalhado com a aluna apenas exercícios de terapia vocal para auxilia-la a perder a tensão que ainda obtém na voz.

A Ana Sofia passou a melodia do Vaccaj “ Semplicetta” com vocalizo para perder a tensão no queixo e pescoço.

Data: 7 de outubro de 2016

Aula nº3

DESCRIÇÃO DA AULA:

Nesta aula, após os exercícios de relaxamento corporal habituais, seguiram-se exercícios de respiração e de trabalho diafragmático, assim como exercícios de imitação e de colocação vocal como o de “cheirar a flor”.

Ao vocalizar, focámo-nos em exercícios com zumbidos e com o vocábulo “mó” pois a aluna demonstrava ainda muita tensão no queixo e voz nasalada.

Executou o Vaccaj “Semplicetta...” com “má” e “mó” para colocar as mesmas vogais na máscara.

Data: 14 de outubro de 2016

Aula nº4

DESCRIÇÃO DA AULA

Iniciei a aula com exercícios de relaxamento, de apoio e exercícios para a colocação da voz na “máscara”.

A Ana Sofia manteve o trabalho de relaxamento muscular do queixo/ pescoço, executando o Vaccaj trabalhado com as vogais “a” e “o”.

Data: 21 de outubro de 2016

Aula nº5

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios de relaxamento corporal, trabalhei com a aluna vocalizos centrados na elevação da voz para as ressonâncias da “máscara”. Foram feitos exercícios de relaxamento do queixo e com a mesma postura a aluna executou “Semplicetta...”.

Iniciámos a leitura/dicção do Vaccaj “Lascia il lido”.

Data: 28 de outubro de 2016

Aula nº6

DESCRIÇÃO DA AULA:

Com exercícios de técnica vocal zumbido e vogal “u”, a aluna já começou a encontrar o palato e a “máscara”.

Os Vaccaj nesta fase passam para a tonalidade de mezzo pois a tonalidade mais aguda ainda é desconfortável para a aluna.

A Ana Sofia trabalhou na aula o “Lascia il lido” e “Avezzo a vivere” com a vogal “o” e depois com a letra.

Data: 4 de novembro de 2016

Aula nº 7

DESCRIÇÃO DA AULA: Faltei por estar motivos de saúde.

Data: 11 de novembro de 2016

Aula nº 8

DESCRIÇÃO DA AULA:

Neste dia a aula foi focada em exercícios de relaxamento, de respiração e exercícios para trabalhar as ressonâncias.

Os vocalizos foram feitos com zumbido e com as vogais “i” “o” “a”.

A Ana Sofia é uma aluna que perde a concentração facilmente e acaba por desligar dos objetivos da aula acabando por mostrar dificuldade ao nível do apoio e colocação da voz na “máscara”.

Data: 25 de novembro de 2016

Aula nº 9

DESCRIÇÃO DA AULA:

Foi dia de avaliação de final do primeiro período.

A aluna executou “ Semplicetta Tortorella” e “ Lascia il lido” com concentração embora ainda foi notório a tensão no queixo.

Data: 2 de dezembro de 2016

Aula nº10

DESCRIÇÃO DA AULA:

Iniciei a aula com os exercícios habituais de respiração, relaxamento e vocalizos.

A aluna preparou na aula o Vaccaj “Lascia il lido” para a audição, com exercícios inserindo gestos e movimentos.

Data: 9 dezembro de 2016

Aula nº11

DESCRIÇÃO DA AULA:

Comecei a aula com exercícios de relaxamento corporal, exercícios de técnica de apoio e respiração. De seguida, os vocalizos foram focados para a Ana Sofia relaxar o queixo e colocar a voz na “máscara”.

Trabalhámos os Vaccaj “ Avezzo a vivere” e “Manca sollecita” em que o desenho do arco vocal era o foco destas peças.

Data:16 de dezembro de 2016

Aula nº 12

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios de relaxamento e de postura, seguiram-se os exercícios de respiração e de trabalho diafragmático.

Os vocalizos desta aula foram focados na colocação da voz na “máscara”

A aluna trabalhou a peça portuguesa “Miragem” onde fez a leitura entoada.

Data: 23 de dezembro de 2016

Aula nº 13

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 30 de dezembro de 2016

Aula nº 14

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 6 de janeiro de 2017

Aula nº 15

DESCRIÇÃO DA AULA:

Nesta aula, depois dos exercícios de relaxamento corporal, dos exercícios de respiração e dos vocalizos, a aluna trabalhou a peça “Miragem” e embora tenha cumprido os objetivos da aula de forma razoável ainda, por vezes, deixa a voz cair na garganta.

No Vaccai “Manca sollecita” tem de trabalhar o apoio nas notas agudas.

Data: 13 de janeiro de 2017

Aula nº 16

DESCRIÇÃO DA AULA:

Depois dos exercícios habituais, trabalhei com a Ana Sofia a dicção e a interpretação assim como o apoio diafragmático da peça “Avezzo a vivere”.

Data: 20 de janeiro de 2017

Aula nº 17

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios habituais de relaxamento e de técnica vocal, a aluna executou a peça “Miragem” em que trabalhou a interpretação e o apoio.

Com o Vaccaj “Avezzo a vivere” trabalhou a dicção e com o Vaccaj “Manca sollecita” trabalhou o apoio diafragmático.

Data: 27 de janeiro de 2017

Aula nº18

DESCRIÇÃO DA AULA: Faltei por trabalho.

Data: 3 de fevereiro de 2017

Aula nº 19

DESCRIÇÃO DA AULA:

Com o auxílio dos exercícios de início de aula, a aluna trabalhou as peças “Miragem”, “Avezzo a vivere” e “Manca sollecita” e embora na primeira estivesse muito tensa, nas outras a aluna conseguiu colocar a voz na “máscara”.

Data: 10 de fevereiro de 2017

Aula nº 20

DESCRIÇÃO DA AULA:

Iniciámos a aula com o relaxamento corporal, exercícios de trabalho diafragmático e de respiração. A seguir aos vocalizos fizemos trabalho de interpretação com a peça “Miragem” e trabalho de estrutura melódica com o Vaccaj “Manca sollecita”, na qual foi pedido à aluna imaginar que estava a desenhar um arco com as mãos.

Data: 17 de fevereiro de 2017

Aula nº 21

DESCRIÇÃO DA AULA:

Nesta aula, após a primeira parte da aula, expliquei à Ana Sofia o quanto a interpretação e os movimentos são importantes para a libertação do Canto. Por isso nesta aula foram

utilizados movimentos corporais na execução das peças estudadas, seguindo o método Laban.

Data: 24 de fevereiro de 2017

Aula nº 22

DESCRIÇÃO DA AULA:

Começamos com o relaxamento corporal, seguindo-se os exercícios de respiração e os vocalizos.

Com as peças estudadas trabalhou-se a interpretação utilizando movimentos de dança para a execução da peça inglesa “I wish I had a Penny”.

Data: 3 de março de 2017

Aula nº 23

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal seguido dos exercícios de respiração e de apoio diafragmático.

Os vocalizos consistiram em exercícios com vibração labial e com a vogal “i” e “o”.

Revisão da peça portuguesa “Miragem” e dos Vaccaj “Manca sollecita” e “Avezzo a vivere” trabalhando a interpretação das mesmas.

Data: 10 de março de 2017

Aula nº 24

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal; exercícios de respiração; Vocalizos.

A aluna trabalhou a peça inglesa (leitura solfejada/entoada e com texto). Com a peça portuguesa a aluna tendia a fechar as vogais e não pensa na interpretação; com os Vaccaj “Manca sollecita” e “Aeizzo a vivere” foram bem executadas: com interpretação e auxílio de movimentos.

Data: 17 de março de 2017

Aula nº 25

DESCRIÇÃO DA AULA:

Neste dia, a professora Orientadora Cooperante organizou uma aula aberta em que todas as alunas do curso complementar de Canto participavam.

Data: 24 de março de 2017

Aula nº 26

DESCRIÇÃO DA AULA:

Dia de prova de avaliação de segundo período- a aluna faltou por estar doente.

Data: 31 de março de 2017

Aula nº 27

DESCRIÇÃO DA AULA: Faltei por trabalho.

Data: 7 de abril de 2017

Aula nº 28

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 14 de abril de 2017

Aula nº 29

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 21 de abril de 2017

Aula nº30

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal; exercícios de apoio diafragmático; Vocalizos.

A aluna executou a peça inglesa: trabalho de dicção; melodia com vocalizos para libertar as tensões do queixo e pescoço.

Data: 28 de abril de 2017

Aula nº 31

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal; Vocalizos com exercícios de movimento para consciencializar a aluna da sensação precisa para o apoio diafragmático.

A aluna trabalhou a peça “I wish I had a Penny” com o ritmo e de colocação da voz na “máscara”.

Leitura solfejada da peça portuguesa “Ó limão”.

Data: 5 de maio de 2017

Aula nº 32

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal; Exercícios de respiração e apoio diafragmático; Vocalizos.

A aluna trabalhou na aula a peça “Ó limão” - trabalho de leitura solfejada, ritmo e interpretação.

Data: 12 de maio de 2017

Aula nº33

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal; Exercícios de respiração e de apoio diafragmático; Vocalizos.

Trabalho sob o programa para a prova global: Ó limão - trabalho de relaxamento do queixo; Peça inglesa- trabalho de interpretação.

Data: 19 de maio de 2017

Aula nº 34

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal; Exercícios de respiração e de apoio diafragmático; Vocalizos.

A aluna executou as peças “Ó limão” e “I wish I had a Penny” trabalhando a interpretação e exercícios de movimentos corporais para auxílio da técnica vocal.

Data: 26 de maio de 2017

Aula nº35

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula iniciou-se com exercícios de relaxamento corporal; exercícios de respiração seguindo-se os vocalizos.

Preparação para a prova global- com o programa fez-se trabalho de interpretação; alguns movimentos corporais, como caminhar pela sala, auxiliaram na interpretação e voz.

Data: 3 de junho de 2017

Aula nº 36

DESCRIÇÃO DA AULA:

Aula supervisionada- Audição com todas as alunas das estagiárias para apresentar o trabalho realizado ao longo do ano letivo.

Nome do aluno: Margarida

Idade: 11 anos

Ano: 2º

Horário: 6ªf das 15h30 às 16h15

Data: 23 de setembro de 2016

Aula nº 1

DESCRIÇÃO DA AULA:

Os exercícios executados com a aluna, nesta primeira aula, foram equivalentes aos realizados com as alunas anteriores.

A aluna demonstra uma boa consciencialização do apoio e respiração, embora coloque por vezes a “língua recuada”.

A aluna executou o Vaccaj “Semplicetta tortorella”.

Data: 30 de setembro de 2016

Aula nº2

DESCRIÇÃO DA AULA:

Nesta aula, começamos com os exercícios de relaxamento corporal e de seguida os vocalizos foram em “miniminimi” e “monomonomo”;

A aluna executou o Vaccaj “Semplicetta” de memória com algumas correções a nível da dicção e na colocação da língua na vogal “a”. Foram feitos exercícios para apoio das notas agudas.

Data: 7 de outubro de 2016

Aula nº 3

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal e vocalizos semelhantes à aula anterior.

Ao executar os Vaccaj “Semplicetta Tortorella” e “Lascia il lido” foi notório que a aluna tinha ar na voz e um pouco nasalada.

Propus á aluna cantar com a língua de fora o que a ajudou a perder o nasalamento.

Data: 14 de outubro de 2016

Aula nº4

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercício de relaxamento, de apoio e exercícios para a colocação da voz na “máscara”.

Nesta aula, a aluna fez a revisão da letra “Semplicetta Tortorella” e dicção; de seguida com o Vaccaj “Lascia il lido” seguindo-se a entoação da melodia do mesmo com vocalizo e depois com a letra.

Data: 21 de outubro de 2016

Aula nº5

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios de relaxamento corporal seguiram-se os vocalizos centrados na colocação da voz da língua á frente, com a vogal “a”.

A aluna executou “Lascia il lido” e “Avezzo a vivere” de memória; foi corrigido todas as palavras italianas que continham a vogal “a” pois a aluna recuava a língua.

Data: 28 de outubro de 2016

Aula nº6

DESCRIÇÃO DA AULA:

Nesta aula, depois dos exercícios iniciais, a aluna passou “Lascia il lido” e foram poucas as correções feitas ás palavras com a vogal “a”.

Vimos também o Vaccaj “Avezzo a vivere” caminhando pela sala para a aluna se soltar.

Data: 4 de novembro de 2016

Aula nº7

DESCRIÇÃO DA AULA: Faltei por estar doente.

Data: 11 de novembro de 2016

Aula nº8

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento e respiração; exercícios para trabalhar as ressonâncias;

Vocalizo em zumbido e com “GA-GUE-GUI-GÓ-GU” –” KA-KE-KI-KO-KU” e “KLA-KLE-KLI-KLO-KLU” para a aluna colocar a língua na frente.

A Margarida executou os 4 Vaccaj de forma satisfatória, entendendo o ponto de apoio.

Data: 25 de novembro de 2016

Aula nº9

DESCRIÇÃO DA AULA:

Avaliação de primeiro período- a aluna executou os quatro Vaccaj de forma positiva, pois transmitiu concentração, boa respiração/apoio e colocação da voz na “máscara”.

Data: 2 de dezembro de 2016

Aula nº 10

DESCRIÇÃO DA AULA: DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios de relaxamento e de respiração, e dos vocalizos habituais, a aluna preparou na aula, para a audição, o Vaccaj “Manca sollecita”.

Data: 9 de dezembro de 2016

Aula nº11

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula iniciou-se com exercícios semelhantes aos das aulas anteriores.

Os vocalizos foram realizados com as vogais “i” e “a”.

Estudo das peças “As cinco pedrinhas” e “A Marcela”.

Data: 16 de dezembro de 2016

Aula nº 12

DESCRIÇÃO DA AULA:

Iniciamos com os exercícios de relaxamento habituais, seguindo-se os vocalizos já citados anteriormente.

Nesta aula fizemos um trabalho de leitura entoada, com vocalizo e trabalho de dicção sobre as peças portuguesas.

Data: 23 de dezembro de 2016

Aula nº 13

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 30 de dezembro de 2016

Aula nº 14

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 6 de janeiro de 2017

Aula nº 15

DESCRIÇÃO DA AULA:

Iniciámos a aula com os exercícios de relaxamento corporal; os exercícios de respiração e vocalizos.

A aluna interpretou na aula as peças “As cinco pedrinhas” e “A Marcela”, tendo, nesta última, problemas de apoio diafragmático.

Data: 13 de janeiro de 2017

Aula nº16

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal; exercício de apoio diafragmático e exercícios de técnica vocal para colocar a voz na máscara.

Trabalhámos o apoio e a dicção das peças “A Marcela” e com a peça “As cinco pedrinhas” a interpretação.

Data: 20 de janeiro de 2017

Aula nº17

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios habituais de relaxamento e de técnica vocal, a aluna trabalhou na aula a peça “As cinco pedrinhas” interpretando-a como se estivesse a contar uma história.

Com a peça “A Marcela” trabalhou-se o apoio diafragmático e dinâmicas uma vez que a peça tem muitas repetições.

Data: 27 de janeiro de 2017

Aula nº18

DESCRIÇÃO DA AULA: Faltei por trabalho

Data: 3 de fevereiro de 2017

Aula nº19

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios habituais de relaxamento, vocalizos direcionados para o apoio diafragmático e para a colocação da voz na “máscara”.

A aluna executou as 2 peças portuguesas “A Marcela” e “As cinco pedrinhas” com interpretação e movimento.

Leitura da peça inglesa “The zoo song” - ritmo e leitura entoada.

Data: 10 de fevereiro de 2017

Aula nº20

DESCRIÇÃO DA AULA:

Nesta aula, fizemos uma revisão da aula anterior para trabalhar bem a interpretação e gestos que auxiliassem nas peças portuguesas.

Data: 17 de fevereiro de 2017

Aula nº 21

DESCRIÇÃO DA AULA:

A primeira parte da aula consistiu em exercícios já executados em aulas anteriores.

Nesta aula, a Margarida trabalhou todas as peças com a utilização de movimento e gestualidade. A aluna mostrou-se muito tensa.

Introdução à peça inglesa.

Data: 24 de fevereiro de 2017

Aula nº 22

DESCRIÇÃO DA AULA: A aluna faltou.

Data: 3 de março de 2017

Aula nº 23

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal; Exercícios de respiração e apoio diafragmático;

Vocalizos com exercícios de vibração labial e com a vogal “i” e “o”.

Peça inglesa “The Zoo song” e peças portuguesa, nas quais a aluna teve de pensar no apoio diafragmático por isso cantou sentada para sentir a pressão desde o diafragma até à zona pélvica e também utilizamos o exercício de cantar encostada à parede.

Data: 10 de março de 2017

Aula nº 24

DESCRIÇÃO DA AULA:

Início de aula semelhante às aulas anteriores.

A Margarida nesta aula iniciou o estudo de uma ária antiga- “Sebben Crudele” - foi feito trabalho de leitura do texto.

Data: 17 de março de 2017

Aula nº 25

DESCRIÇÃO DA AULA: A aluna participou na aula aberta organizada pela professora orientadora cooperante Elsa Teixeira.

Data: 24 de março de 2017

Aula nº26

DESCRIÇÃO DA AULA:

Prova de avaliação do segundo período com as peças “As cinco pedrinhas” e “A Marcela”.

Após os exercícios de relaxamento corporal e de apoio diagramático seguiram-se os vocalizos com a vogal “a” e “i”.

Fez-se leitura da aria antiga com vogal “e” para arredondar a voz e com a vogal “o” para trabalhar o legato e apoio do diafragma.

Data: 31 de março de 2017

Aula nº27

DESCRIÇÃO DA AULA: Faltei por trabalho.

Data: 7 de abril de 2017

Aula nº 28

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 14 de abril de 2017

Aula nº 29

DESCRIÇÃO DA AULA: Férias Escolares.

Data: 21 de abril de 2017

Aula nº 30

DESCRIÇÃO DA AULA:

Iniciámos com os exercícios habituais e depois dos vocalizos, a aluna executou a peça “The Zoo song” encostada à parede para sentir o apoio necessário;

Com a peça “Sebben Crudele” trabalhou dinâmicas e linha melódica-legato.

Data: 28 de abril de 2017

Aula nº 31

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal; Vocalizos e técnica de apoio intercostal;

Com a peça “Sebben Crudele” a Margarida trabalhou na aula as dinâmicas apontadas na partitura; trabalho de arredondamento da voz com as vogais “a” / “e”.

Com a peça “The Zoo song” trabalhamos interpretação e apoio do diafragma.

Data: 5 de maio de 2017

Aula nº 32

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após o trabalho de técnica realizado na primeira parte da aula, a aluna trabalhou neste dia a peça “Sebben Crudele” em que lhe foi pedido que imaginasse que esta fosse uma canção de embalar- trabalho de dinâmicas e interpretação.

Data: 12 de maio de 2017

Aula nº 33

DESCRIÇÃO DA AULA:

Depois dos vocalizos trabalhou-se o programa para a prova global: com a vogal “e” trabalhamos a peça “Sebben Crudele” para encobrir todas as palavras com a mesma vogal;

Para a peça inglesa “The Zoo song” trabalhamos o apoio do diafragma para as notas agudas assim com incluímos alguns gestos de ritmo para ajudar na interpretação da mesma.

Data: 19 de maio de 2017

Aula nº34

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal; exercícios de respiração e de apoio diafragmático; Vocalizos.

“Sebben Crudele” - a aluna fez trabalho de interpretação e de dinâmicas.

Data: 26 de maio de 2017

Aula nº 35

DESCRIÇÃO DA AULA:

Iniciámos a aulas com os exercícios executados todas as aulas.

Preparação para a prova global- com o programa escolhido fizemos trabalho de interpretação e gestualidade, embora a Margarida sempre se mostrou pouco confortável nesse parâmetro.

Data: 3 de junho de 2017

Aula nº 36

DESCRIÇÃO DA AULA:

Aula supervisionada- audição com todas as alunas das estagiárias para apresentar o trabalho realizado ao longo do ano letivo.

DESCRIÇÃO DAS AULAS DE CANTO ASSISTIDAS

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3ºano do Curso Superior de Canto teatral

Horário: 6ªfeira às 10h

Data: 16 de setembro de 2016

Aula nº 1

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula iniciou-se com exercícios de relaxamento, respiração e vocalizos.

Neste primeiro contacto, a aluna demonstrou problemas com o apoio e tendência para tensionar o queixo, o que leva a voz a ficar um pouco “entubada”.

Com vocalizos em arpejo e com as vogais “i-o-a” a aluna melhorou a sua colocação.

A aluna trabalhou na aula o lied “Die Nacht” de Strauss- primeiro fê-lo com vocalizo para encontrar o “legato” e apoiar a respiração; depois com texto acabou por fazer algumas respirações inadequadas e perdeu o “legato”.

Foi visível a fragilidade no apoio diafragmático e a tensão do queixo.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ªfeira às 11h

Data: 16 de setembro de 2016

Aula nº2

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios de relaxamento, de respiração e de vocalizar, a aluna apresentou duas canções francesas - “Au bord l’eau” de Fauré e “Beau Soir” de Debussy.

Na primeira, a aluna trabalhou a respiração e a sustentação/apoio nas notas em “piano”; na segunda trabalhou o apoio nos finais de frase para as mesmas não ficarem esbatidas ou frágeis.

Em ambas foi feito trabalho de dicção.

Nome do aluno: Maria João

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ªfeira às 10h

Data: 23 de setembro de 2016

Aula nº3

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios principais da aula, a aluna executou a ária de ópera “Mon coeur s’ouvre à ta voix”, Saint-Saëns e um Lied de Schubert “Ganymed”. Em ambos foi notória uma fragilidade a nível da afinação, devido ao pouco apoio diafragmático da aluna, assim como o ponto de os ressonadores ainda não estarem muito explorados pela mesma.

Após a intervenção da professora ao explicar que “temos de cantar com os olhos”, a aluna melhorou a qualidade sonora.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ªfeira às 10h

Data: 30 de setembro de 2016

Aula nº4

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios de relaxamento corporal e dos vocalizos, a aluna executou a ária “Dove sono”, personagem Condessa, da ópera “As bodas de Fígaro”, de Mozart, em que após ser visível que mudava a colocação dos lábios para dar as notas agudas, foi-lhe pedido para pensar na vogal “o” quando aparecesse palavras com a vogal “a”. O objetivo era a vogal “a” sair mais escura.

Com isto, foi notório o alcance com sucesso das notas agudas.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ªfeira às 11h

Data: 30 de setembro de 2016

Aula nº 5

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula iniciou-se com os exercícios de relaxamento corporal. Nos vocalizos foram utilizadas as vogais “i-o-a”.

O aluno executou duas canções francesas de Fauré- “Les Berceaux” e “L’automne” com os quais demonstrou problemas com a dicção, o que lhe dificultava a colocação da voz nos pontos ressonadores. Por isso, passou as peças com vocalizo em “a” e “o” para encontrar o espaço correto.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ªfeira às 10h

Data: 21 de outubro de 2016

Aula nº6

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Exercícios de apoio- abrir os braços para os lados para abrir as costelas

Vocalizos com as vogais “a” /” o”.

Na ária de ópera “Dove sono” que executou, as notas agudas saíram com mais apoio comparativamente á aula anterior, embora os finais de frase ficassem sempre baixos na colocação.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ªfeira às 11h

Data: 21 de outubro de 2016

Aula nº 7

DESCRIÇÃO DA AULA:

Os exercícios iniciais foram semelhantes aos da aluna anterior.

Nesta aula, o aluno trabalhou a dicção das canções gregas de Ravel, assim como a preparação para o ataque das notas agudas- o aluno colocava força e não levantava o palato.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 21 de outubro de 2016

Aula nº8

DESCRIÇÃO DA AULA:

Os exercícios de relaxamento e de apoio foram iguais aos dos alunos anteriores.

Vocalizos com “ia”.

A aluna fez um trabalho de dicção com as peças “Dans un bois solitaire” e “Ein Veilchen” de Mozart.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 28 de outubro de 2016

Aula nº 9

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos centrados para o apoio diafragmático;

A aluna executou Lieder de Wolf e Strauss, primeiro com vocalizo para consolidar a ideia de legato que ambos pediam; depois com a letra nos quais foram feitas algumas correções a nível de dicção.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 28 de outubro de 2016

Aula nº 10

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos centrados no apoio diafragmático;

A aluna trabalhou na aula a ária de oratória “Nun beut die Flur” de Haydn- corrigiu a dicção e o apoio para os finais de frase não baixarem.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 28 de outubro de 2016

Aula nº 11

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos centrados no ataque das notas agudas e do apoio diafragmático.

O aluno trabalhou na aula o seu repertório de Músicas Portuguesas em que foi visível a dificuldade em preparar o ataque das notas agudas.

Nome do aluno: Maria João

Ano:3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 11 de novembro de 2016

Aula nº12

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Exercícios de respiração- abrir os braços na lateral para expandir as costelas

Apoio da respiração em 3 tempos- diafragma, centro e pélvica

A aluna trabalhou a peça “Mandoline” de Fauré onde foi notório um empenho em colocar a voz na máscara (sorriso interior); na passagem para o registo grave, a aluna perde um pouco do apoio.

Com o lied “Verborgenheit” de Wolf, a aluna tinha de pensar no gesto vocal; pensar no texto e nuances que o compositor propõe.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-graduação

Horário:6ª feira às 11h

Data: 11 de novembro de 2016

Aula nº 13

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal e de respiração/apoio iguais aos executados com a aluna anterior;

Durante os vocalizos a aluna demonstrou fragilidade vocal ao nível do apoio. Foi-lhe pedido para colocar a voz na “máscara” e pensar num arco para auxiliar o apoio.

Com o ciclo de Croner de Vasconcelos a voz ficava muito recuada;
Com a peça francesa “Au bord d l’eau” de Fauré e com o lied “Der Nussbaum” de Schumann, trabalhou a dicção das mesmas.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ªfeira às 12h

Data: 11 de novembro de 2016

Aula nº 14

DESCRIÇÃO DA AULA:

Os exercícios de relaxamento e de apoio foram idênticos aos das alunas anteriores;

Vocalizos com “i-a-o-a-a”.

Com a ária de oratória “ Confort ye my people” de Handel, na palavra “iniquity” pensar na vogal “u” para alcançar o espaço para fazer o agudo;

Com o lied “Frühlingsglaube” de Schubert, o aluno tem de colocar todas as vogais na mesma forma.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 18 de novembro de 2016

Aula nº 15

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aluna iniciou os seus vocalizos com um exercício longo para poder trabalhar o alargamento do “arco” vocal.

Foi-lhe pedido que, ao vocalizar pensasse na primeira nota com o espaço que teria de colocar a nota aguda, assim como colocar a voz nos ressonadores da face.

O Lied trabalhado nesta aula foi o “Ach, liebe ich muss nun scheiden” de Strauss, com o qual foi corrigido a dicção, principalmente as palavras com a vogal “u” que ficavam baixas.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 18 de novembro de 2016

Aula nº16

DESCRIÇÃO DA AULA:

Vocalizos com o mesmo fundamento pedido à aluna anterior. Embora a aluna estivesse a conseguir formar o “arco” vocal, faltava-lhe apoio diafragmático.

Nesta aula, a aluna fez um trabalho de dicção e fonética com a peça francesa “Ici-bas” de Fauré.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 18 de novembro de 2016

Aula nº17

DESCRIÇÃO DA AULA:

Os vocalizos do aluno foram semelhantes aos das alunas anteriores.

Com este aluno foi necessário fazer mais vocalizos, mas desta vez trabalhando o ataque das notas agudas, uma vez que o apoio diafragmático e o levantamento do palato não estavam a ser feitos corretamente.

O aluno fez um trabalho de dicção sob as canções gregas de Ravel.

Nome do aluno: Vasco

Ano: 6º (aluno da Professora Elsa Teixeira)

Horário: 3ª feira às 11h30

Data: 22 de novembro de 2016

Aula nº 18

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula iniciou-se com exercícios de relaxamento corporal, técnica de respiração e vocalizos para trabalhar o relaxamento do queixo.

Ao trabalhar as peças para a audição, por vezes notava-se falta de apoio diafragmático e pouca abertura da boca, na vertical, para o alcance das notas agudas, ficando o queixo e pescoço tensos.

Nome do aluno: Rafaela

Ano: 6º (aluna da Professora Elsa Teixeira)

Horário: 3ª feira às 12h15

Data: 22 de novembro de 2016

Aula nº 19

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercício de relaxamento corporal, técnica de respiração e vocalizos para trabalhar o “legato” da voz.

A aluna trabalhou na aula as obras para apresentar na audição.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 25 de novembro de 2016

Aula nº 20

DESCRIÇÃO DA AULA:

Vocalizos em “i-e-a-o-u” - para colocar a voz na “máscara” é preciso pensar que todas as vogais são formadas a partir da mesma forma. Inicia-se com a vogal “i” para que todas as restantes vogais estejam acima da pintinha da mesma vogal.

A aluna trabalhou o dueto “Pie Jesu” de Weber, no qual, na região grave, ficava com a voz demasiado escura pois deixava cair as notas graves na garganta. Para corrigir, a aluna trabalhou a peça com a vogal “a” para colocar a voz nos ressonadores da face.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 25 de novembro de 2016

Aula nº21

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aluna vocalizou com “i-a-o” para trabalhar o apoio para sustentar os finais de frase.

Nesta aula, a aluna trabalhou o repertório a apresentar no recital:

- “Frühlingsglaube” de Schubert- na palavra “linde” a aluna não fazia o “legato”, por isso foi pedido que pensasse no desenho do “arco” e que espontaneamente o diafragma executava esse mesmo desenho.

- trabalhou a dicção do recitativo da ária de Haydn “Nun beut di Flur”.

Nome do aluno: Bruno Nunes

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 25 de novembro de 2016

Aula nº22

DESCRIÇÃO DA AULA:

O aluno fez vocalizos com “i-a” para poder encontrar o levantamento do palato sem utilizar a força.

Ao passar a ária de ópera “un’aura amorosa” era visível o excesso de tensões que o aluno colocava no pescoço, o que lhe dificultava o ataque das notas agudas. Então trabalhou toda a ária com a vogal “a”.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 2 de dezembro de 2016

Aula nº 23

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento, respiração e vocalizos sempre a trabalhar o levantamento do palato;

Nesta aula, a aluna trabalhou as peças para a prova.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-Graduação

Horário: 6ªfeira às 11h

Data: 2 de dezembro de 2016

Aula nº24

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula começou com os habituais exercícios de relaxamento; respiração e vocalizos trabalhando o ataque das notas agudas com o “i-a-o-a-a” para trabalhar o arco /legato para auxiliar na passagem para o registo agudo.

O aluno trabalhou a ária da personagem Bastien, de Mozart, na qual apresentou algumas dificuldades no alcance das notas agudas; o aluno ainda utiliza a força em vez de pensar no apoio diafragmático.

Nome do aluno: Inês Cavadas

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 9 de dezembro de 2016

Aula nº 25

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula começou com os exercícios de relaxamento corporal, trabalho de apoio diafragmático e respiração. Nos vocalizos a aluna deixava “cair” as notas graves.

A aluna trabalhou na aula a ária “Caro Nome”, de Verdi com a qual foi notório uma pouca flexibilidade do diafragma e a tensão nos ombros e pescoço.

Nome do aluno: Maria João

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 9 de dezembro de 2016

Aula nº 26

DESCRIÇÃO DA AULA:

A aula iniciou-se com exercícios semelhantes aos da aluna anterior.

A aluna executou a ária de ópera “Mon coeur s’ouvre à ta voix” onde foi visível uma melhoria na afinação assim como o empenho da aluna em colocar expressão facial, o que facilitou no processo da colocação da voz nos ressonadores faciais.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 11h45

Data: 9 de dezembro de 2016

Aula nº27

DESCRIÇÃO DA AULA:

Na primeira parte da aula foram executados os exercícios habituais de relaxamento, e de apoio diafragmático. Nos vocalizos com “i-a-o-a-a” a aluna recuava a vogal “a” principalmente nas notas graves;

Foi feito um trabalho de colocação da voz na máscara.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 12h30

Data: 9 de dezembro de 2016

Aula nº 28

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os exercícios de relaxamento e do trabalho de apoio diafragmático, o aluno nesta aula fez um trabalho de técnica vocal para encontrar o arco da voz assim como os ressonadores faciais, com vocalizos como “i-e-a-o-u” e “i-a-o-a-a” para levantamento do palato.

Como o aluno demonstrava ao longo das aulas muita tensão, durante os vocalizos foi-lhe pedido que refletisse as pernas para apoiar as notas agudas assim como caminhar pela sala de aula para libertar as tensões.

Nome do aluno: Inês Cavadas

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 16 de dezembro de 2016

Aula nº29

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de respiração:

Vocalizos com “i” e pensar no sorriso interior, assim automaticamente o palato sobe e o diafragma desce.

Com o exercício vocal em “i-e-a-o-u” todas as vogais ficam uniformes.

A aluna passou na aula o lied “Liebst du um Schönheit” de Mahler no qual tinha de enfatizar a palavra “Du” a nível da interpretação; foi lhe pedido para estudar em casa o texto e seu significado para conseguir transmitir emoção.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 16 de dezembro de 2016

Aula nº 30

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de postura e relaxamento corporal;

Exercícios de respiração;

Vocalizo com “i-o-a” para elevar o palato;

O aluno passou a ária de Bastien, de Mozart, mas devido à rigidez muscular estava com dificuldades nas notas agudas.

Com a aluna da aula seguinte trabalho interpretação da ópera “Bastien und Bastienne”.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 16 de dezembro de 2016

Aula nº 31

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de respiração e relaxamento corporal;

Vocalizo com “a” para colocar a voz nos ressonadores faciais;

Trabalhou com o aluno da aula anterior a interpretação e dicção dos duetos da ópera “Bastien und Bastienne” de Mozart.

De seguida, executou o ciclo de Croner de Vasconcelos com o qual tem de fazer um trabalho de interpretação para transmitir uma história.

Nome do aluno: Maria João

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 6 de janeiro de 2017

Aula nº 32

DESDRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal.

Vocalizos direcionados para o apoio diafragmático, para que a colocação da voz não fosse emitida com uma afinação baixa.

A aluna continuou com a ária “Mon coeur s’ouvre à ta voix” com a qual nesta aula foi trabalhado o legato.

Nome do aluno: Inês Cavadas

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 6 de janeiro de 2017

Aula nº 33

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal.

Vocalizos direcionados para o apoio diafragmático sem esquecer a altura da nota aguda, isto é, equilibrar o som da nota no palato com o apoio do corpo.

A aluna executou na aula a ária de oratória “Aleluia” de Mozart para o concerto de dia 14.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 6 de janeiro de 2017

Aula nº 34

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos com trabalho de movimento do diafragma (ondas).

A aluna demonstrou dificuldades de apoio quando chegava às notas agudas e no final dos vocalizos deixava “cair” o som da nota mais grave.

A aluna trabalhou os Lieder para aula de História da Música Contemporânea.

Nome do aluno: Inês Cavadas

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 13 de janeiro de 2017

Aula nº 35

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Exercícios de trabalho diafragmático

Vocalizos com as vogais “i” e “a” para a aluna pensar no arco da voz/som.

Com o lied “Liebst du um Schönheit”, de Mahler, a aluna trabalhou o legato e já colocou expressão.

Com a ária “Aleluia” de Mozart fez um trabalho de apoio diafragmático.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 13 de janeiro de 2017

Aula nº36

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizo com “ia” para trabalhar a passagem para as notas agudas;

Vocalizo com “i-a-o-a-a” para trabalhar o arco vocal.

O aluno trabalhou as árias da ópera “Bastien und Bastienne”.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 13 de janeiro de 2017

Aula nº 37

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizo com “i” para trabalhar o apoio diafragmático;

Vocalizo com “a” para trabalhar o levantamento do palato.

Nome do aluno: Inês Pinho

Ano: 2º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 5ª feira às 15h

Data: 19 de janeiro de 2017

Aula nº38

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos com a vogal “i” e “a” para a colocação da voz na máscara e pensar no arco do som.

A aluna trabalhou na aula o lied “Ganymed” de Schubert com a interpretação.

Nome do aluno: Inês Cavadas

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 5ª feira às 16h

Data: 19 de janeiro de 2017

Aula nº 39

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos com a vogal “i” e “a” para a colocação da voz na máscara e pensar no arco do som.

Com a canção portuguesa “A Pastoral” de Vianna da Motta, a aluna fez trabalho de legato da melodia e de interpretação.

Nome do aluno: Maria João

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 20 de janeiro de 2017

Aula nº 40

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizo com “ia” para trabalhar a passagem para as notas agudas;

Vocalizo com “i-a-o-a-a” para trabalhar o arco vocal;

A aluna trabalhou o lied “Ich bin der Welt” de Mahler com vocalizo para corrigir a afinação.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 20 de janeiro de 2017

Aula nº 41

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos com “i” e “a” para a colocação da voz na máscara e passar no arco do som;

Vocalizos focados para o apoio diafragmático;

Trabalho de interpretação com as árias da Bastienne, de Mozart.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 20 de janeiro de 2017

Aula nº 42

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos com “i” e “a” para colocar a voz na máscara pensando no arco do som;

Vocalizos focados para a elevação do palato.

O aluno tende a “bloquear” a passagem das notas agudas mostrando dificuldades em passar a voz.

Nome do aluno: Sofia Simões

Ano: 2º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 4ª feira às 11h45

Data: 1 de fevereiro de 2017

Aula nº 43

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos com zumbido; com zumbido com passagem para a vogal “i”;

Vocalizo com “i-o-a”;

A aluna trabalhou a ária antiga “Lascia ch’io pianga” de Haendel- inicialmente não apoiava a passagem para as notas agudas e tensão no queixo.

Nome do aluno: Bruno Nunes

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 4ª feira às 14h

Data: 1 de fevereiro de 2017

Aula nº44

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos com o intuito de colocar a voz leve nas passagens agudas sem ter tensões no queixo e pescoço;

Na ária de oratória “Confort ye my people” de Haendel, o aluno nas passagens agudas prende o queixo acabando por bloquear as notas agudas.

Nome do aluno: Raquel Pedra

Ano: 2º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 4ªfeira às 15h

Data: 1 de fevereiro de 2017

Aula nº 45

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos com a vogal “a”;

A aluna executou a canção francesa “L’Automne” de Fauré fazendo trabalho de dicção;

Na ária antiga “Che fiero costume” trabalhou os finais de frase que tinha de ser expansivo.

Nome do aluno: Maria João

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ªfeira às 10h

Data: 3 de fevereiro de 2017

Aula nº 46

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizo em “i-o-a-a-a”;

A aluna executou o lied de Schubert “Gretchen am Spinnrade” com o qual trabalhou a dicção, dinâmicas e interpretação.

Nome do aluno: Sofia Simões

Ano: 2º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 3 de fevereiro de 2017

Aula nº 47

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizo em “i-o-a-a-a”;

A aluna trabalhou a peça portuguesa “A Marcela” com a qual fez exercícios de apoio e trabalho de interpretação.

Nome do aluno: Inês Cavadas

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 3 de fevereiro de 2017

Aula nº 48

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos para apoio diafragmático;

A aluna trabalhou as árias de soprano da obra sacra “Stabat Mater” de Pergolesi.

Nome do aluno: Maria João

Ano: 3º ano de Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 10 de fevereiro de 2017

Aula nº49

DESCRIÇÃO DA AULA:

Vocalizo “i-a-o” - com a vogal “i” no início para colocar as outras vogais no arco/máscara da voz;

A aluna desta aula trabalhou o lied dramático de Schumann “Der Tod und das Mädchen”, como é um Lied que caracteriza 2 personagens a aluna tem de interpretar muito bem o texto - a primeira parte, a voz da morte, tem de ser dramática e aterradora; - a segunda parte, a voz da menina, tem de ser mais doce e frágil.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 10 de fevereiro de 2017

Aula nº 50

DESCRIÇÃO DA AULA:

Vocalizo com a vogal “a” para a aluna colocar a voz nos ressonadores da face e encontrar o espaço necessário para o levantamento do palato.

Na ária antiga “Addio Corindo” uma vez que a aluna colocava tensão sobre o queixo, a mesma foi trabalhada em primeiro lugar com a vogal “i” e depois com a mesma colocação dessa vogal pôr todas as outras.

De seguida, passou a ária de oratória “Vidit suum” de Pergolesi na qual precisava de mais dramatismo.

Nome do aluno: Ivo e Carla

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 10 de fevereiro de 2017

Aula nº 51

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizo com a vogal “a” para levantamento do palato;

Trabalho sobre a obra “Bastien und Bastienne” de Mozart- trabalho de dicção e de interpretação.

Nome do aluno: Sofia Simões

Ano: 2º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 17 de fevereiro de 2017

Aula nº 52

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos;

Preparação do repertório para a avaliação de canto- a aluna tem de melhorar a sua postura; e tem de trabalhar mais o apoio diafragmático.

Nome do aluno: Ivo e Carla

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 17 de fevereiro de 2017

Aula nº 53

DESCRIÇÃO DA AULA:

Vocalizos;

Trabalho de dicção e de interpretação com a obra “Bastien und Bastienne” de Mozart.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3ºano de Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 3 de março de 2017

Aula nº 54

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal.

Vocalizos.

A aluna executou a ária “Cujus animam gementem” da obra “Stabat Mater” de Pergolesi com a qual trabalhou as coloraturas; faltava à aluna movimento diafragmático.

Nome do aluno: Ivo e Carla

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 3 de março de 2017

Aula nº 55

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos com a vogal “a”;

Trabalho de interpretação com os duetos da ópera “Bastien und Bastienne” de Mozart.

Nome do aluno: Maria João

Ano: 3º ano de Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 5ªfeira às 15h

Data: 9 de março de 2017

Aula nº 56

DESCRIÇÃO DA AULA:

Vocalizo com “i-o-a-a” para a voz passar no arco/máscara.

A aluna executou as árias de Mezzo da obra “Stabat Mater” de Pergolesi-trabalhando a interpretação;

Trabalho de dicção e de apoio diafragmático com os Lieder “Ich bin der Welt” de Mahler e “Gesang Weylas” de Wolf.

Nome do aluno: Maria João

Ano: 3ºano de Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ªfeira às 10h

Data: 10 de março de 2017

Aula nº57

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Vocalizos;

Trabalho de interpretação e de apoio diafragmático com a obra “Stabat Mater” de Pergolesi.

Nome do aluno: Inês Cavadas

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 10 de março de 2017

Aula nº58

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Vocalizos;

Trabalho de interpretação e de apoio diafragmático com a obra “Stabat Mater” de Pergolesi.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 10 de março de 2017

Aula nº 59

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Vocalizos em “i-a-o-a-a” e com “ia” para levantamento do palato;

Trabalho de interpretação dos recitativos da obra “Bastien und Bastienne” de Mozart.

Nome do aluno: Tiago Torres

Ano: 2º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 5ª feira às 14h45

Data: 16 de março de 2017

Aula nº 60

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Vocalizos em “i-a-o-a-a” para colocar a voz nos ressonadores faciais;

O aluno trabalhou na aula a peça portuguesa “Contrastes” - dicção, dinâmicas e interpretação.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 17 de março de 2017

Aula nº 61

DESCRIÇÃO DA AULA:

Após os habituais exercícios de relaxamento corporal, a aluna vocalizou em “i-a-o-a-a”; e em stacatto com a vogal “o”;

A aluna trabalhou a ária de ópera “Quando m’en vo” de Puccini- pensar nas nuances de ritmo e dinâmica que existe; nas palavras com a vogal “e” a aluna mostrava tensão no queixo;

Preparação para a avaliação de História da Música contemporânea- “L’arme évaporée”, de Debussy.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 17 de março de 2017

Aula nº 62

DESCRIÇÃO DA AULA:

Vocalizos com a vogal “a” para levantamento do palato;

Trabalho de apoio diafragmático para as notas agudas;

A aluna executou a ária “Una donna a quindici anni” de Mozart- trabalho de interpretação e de colocação da voz na “máscara”.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 17 de março de 2017

Aula nº 63

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Com os vocalizos foi trabalhado o apoio da respiração e o apoio intercostal;

Na ária de oratória “Confort ye my people” de Haendel faltava, ao aluno, apoio diafragmático o que lhe dificultava o levantamento do palato.

Nome do aluno: Maria João

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ªfeira às 10h

Data: 7 de abril de 2017

Aula nº64

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizo com a vogal “a”;

A aluna executou na aula as árias para o concerto de Páscoa- “Stabat Mater” de Pergolesi.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ªfeira às 11h

Data: 7 de abril de 2017

Aula nº 65

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos;

A aluna trabalhou a interpretação da ária de ópera “Una donna a quindici anni” de Mozart;

Trabalho de dicção e de interpretação com os recitativos da obra “Bastien und Bastienne” de Mozart.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 7 de abril de 2017

Aula nº 66

DESCRIÇÃO DA AULA:

Exercícios de relaxamento corporal;

Vocalizos;

Trabalho de apoio diafragmático com a ária “Confort ye my people” de Haendel;

Trabalho de interpretação com o lied “Verborgenheit” de Wolf;

Trabalho de interpretação com os recitativos da obra “Bastien und Bastienne” de Mozart.

Nome do aluno: Ivo Magalhães

Ano: 2º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 5ª feira às 11h

Data: 27 de abril de 2017

Aula nº 67

DESCRIÇÃO DA AULA:

O aluno trabalhou na aula o ciclo “Der Armer Peter” de Schumann com a vogal “o” para não levantar a laringe; trabalho de interpretação- saber tornar a voz num timbre mais claro ou mais escuro conforme as emoções pedidas.

Nome do aluno: Joana Costa

Ano: 1º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 5ª feira às 12h

Data: 27 de abril de 2017

Aula nº 68

DESCRIÇÃO DA AULA:

Vocalizos;

Com o lied “Lied der Mignon” de Schubert a aluna emitia uma afinação baixa assim com era visível tensão no queixo;

Na ária de oratória “ Quia Respexit” de Bach a respiração intercostal da aluna não estava a funcionar acabando por emitir um fraseado pouco sustentado.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós graduação

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 28 de abril de 2017

Aula nº 69

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Vocalizo em “i-a-o-a-a” pensando no apoio intercostal/respiração baixa;

Com o lied “Verbogenheit” de Wolf foi pedido ao aluno que o executasse primeiro com vocalizo para trabalhar o apoio diafragmático;

Na ária de oratória “Confort ye my people” de Haendel, foi trabalhada a respiração para ter um bom apoio intercostal.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ªfeira às 11h

Data:28 de abril de 2017

Aula nº 70

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Vocalizos;

A aluna trabalhou na aula a ária de oratória “Blüte nur” de Bach- com a vogal “a” para pensar no legato;

Na ária de ópera “Una donna a quindici anni” foi trabalhado a interpretação, assim como o apoio diafragmático.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 5 de maio de 2017

Aula nº 71

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Exercícios de respiração intercostal;

Vocalizos;

A aluna trabalhou a ária de ópera de Mascagni “Salve Regina” com vocalizo para perder a tensão do queixo;

Trabalho de dicção com a canção francesa de Debussy “Romance”.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós graduação

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 5 de maio de 2017

Aula nº 72

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Exercícios de respiração intercostal;

Vocalizos;

Com a ária de oratória “Blute nur” de Bach a aluna não estava a colocar a voz na máscara o que lhe originava uma ligeira desafinação;

Trabalho de dicção com a canção francesa de Debussy “Il pleure dans mon coeur”.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós graduação

Horário: 6ª feira às 12h

Data: 5 de maio de 2017

Aula nº73

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Exercícios de respiração intercostal;

Vocalizos;

Com a ária de oratória “Confort ye my people” de Haendel o aluno fez trabalho de respiração/apoio intercostal para conseguir sustentar as notas agudas sem força;

Trabalho de dicção com a canção francesa de Fauré “Les Berceaux”.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós graduação

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 12 de maio de 2017

Aula nº 74

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Exercícios de respiração/apoio intercostal;

Vocalizos;

Trabalho de respiração com a ária de oratória “Blute nur” de Bach;

A aluna trabalhou a dicção e interpretação na ária de ópera “Una donna a quindici anni” de Mozart.

Nome do aluno: Inês Guimarães

Ano: 3º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 10h

Data: 19 de maio de 2017

Aula nº 75

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Exercícios de respiração intercostal;

Vocalizos;

Trabalho de fonética e dicção com as peças:

- “Chanson triste” de Duparc

- “L’automne” de Fauré

- “Verbongtheit” de Wolf

Em todas as peças foi visível que a aluna colocava tensão nos ombros, assim como nas palavras com a vogal “u” a colocação da voz saía do sítio.

Nome do aluno: Carla Santos

Ano: Pós-graduação

Horário: 6ªfeira às 11h

Data: 19 de maio de 2017

Aula nº 76

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Exercícios de respiração;

Vocalizos;

A aluna, nesta aula, trabalhou o lied “Die Nacht” de Strauss a nível de respiração;

Na ária de ópera” Una donna a quindici anni” de Mozart continuava a faltar interpretação.

Nome do aluno: Ivo Nogueira

Ano: Pós graduação

Horário: 6ªfeira às 12h

Data: 19 de maio de 2017

Aula nº77

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Exercícios de respiração;

Vocalizos;

O aluno do lied “Verbogenheit” de Wolf para além de pesar e marcar a melodia, forçava a nota aguda; o mesmo aconteceu com a canção francesa “Les berceaux” de Fauré, chegando mesmo a fechar a laringe.

Nome do aluno: Sofia Simões

Ano: 2º ano do Curso Superior de Canto Teatral

Horário: 6ª feira às 11h

Data: 26 de maio de 2017

Aula nº 78

DESCRIÇÃO DA AULA:

Relaxamento corporal;

Exercícios de respiração;

Vocalizos;

Ensaio para a prova semestral de Canto.

Prova de Canto.

ANEXO VI

RESTANTES PARTITURAS DAS ALUNAS DE ESTÁGIO

ANEXO VI

RESTANTES PARTITURAS DAS ALUNAS DE ESTÁGIO

Não fazer skatello *Salto de Terceira* *Não deixar com a última nota*

vogais abertas interpretação

Letra: Fernanda Correia

N. Vaccai

Ai - no - cen - te ro - li - nha que não viu o seu pe - ri - go p'ra fu -
Sem - pli - cet - ta tór - to - rel - la, ché non ve - de il suo pe - ri - glio, per fug

gir à ar - ma - di - lha vo - a pa - ra o ca - ça - dor Pra fu - gir à, ar - ma -
gir dal cru - doar ti - glio vo - la in grém - boal cac - cia - tor, per fug - gir dal cru - doar

di - lha p'ra fu - gir à ar - ma - di - lha Vo - a
ti - glio, per fug - gir dal cru - doar - ti - glio Vo - la in

pa - ra o ca - ça - dor vo - a pa - ra o ca - ça - dor.
grémbo al cac - cia - tor Vó - la in grémbo al cac - cia - tor.

Ana Sofia

2

- Prepara o início de cada frase - concentrado

Ó limão

- lança o texto - no mesmo fluente

ritmo



LUIZ DE FREITAS BRANCO

Moderado.

CANTO

scrisso

p Ó li - mão ver - de li - mão Que

PIANO

p

bri-lhas no li - mo - ei - ro Tu has-de ser ó li - mão De quem lá che-gar pri-

cresc.

cresc.

cresc.

mei - ro De quem lá che - gar pri - mei - ro De

f

p

p

Recolhida em Monsaraz

(Impresso em Portugal)

Copyright 1943 by Emissora Nacional de Radiodifusão — LISBOA — Portugal

- ritmo = dança
- interpretação - com uma história e bastante energia dos alunos
- encobrir a voz / Apoiu a respiração

Vocalizar 'A' e 'O' u
bicar o palato

2. THE ZOO SONG

Di Curo

Con brio

VOICE

PIANO

f

ligeiramente staccato

mf

One and two, let's go to the zoo one morn-ing,

mf

Aprio

One and two, let's go to the zoo;

Apoian

Three and four, where the li - ons roar, —

Apoian

Five and six, where the ze - bra kicks, —

Apoian

Sev'n and eight, where the mon - keys prate, —

Nine and ten, by the ti - gers' den. D.C. ad lib.

cresc. *sf* *mf* *pena*

